

Crecimiento personal
COLECCIÓN



Serendipit

Loretta Cornejo

**MANUAL DE
TERAPIA INFANTIL
GESTÁLTICA**

Desclée De Brouwer





Foto: Pilar Graña

Loretta Cornejo

(Iquitos, Perú, 1953). Psicóloga y psicoterapeuta, ha recibido formación psicoanalítica en Perú, formación gestáltica en Chile, Florida y California y formación clínica de niños, adolescentes y grupos en Madrid.

En su práctica profesional, además de terapeuta de niños y adultos, es formadora de terapeutas en las líneas Gestalt y analítica en Madrid, Barcelona y Valencia. Es fundadora del Equipo de Psicología y Psicoterapia "UMAYQUIPA" ("Soplando el amor") en Lima y Madrid.

Sus intereses profesionales son amplios: la psicopatología infantil, la psicoterapia gestáltica del adolescente, el uso de los animales domésticos en la terapia, la psicopatología vincular, los mitos masculinos y femeninos, etc.

Sobre estos temas colabora en revistas como "Revista de Psicoterapia", "Gestalt", etc. Es miembro de la FEAP y de la Asociación Española de Terapia Gestáltica.

MANUAL DE TERAPIA INFANTIL GESTÁLTICA



Loretta Zaira Cornejo Parolini

**MANUAL DE TERAPIA INFANTIL
GESTÁLTICA**

8



Crecimiento personal
COLECCIÓN

Serendipit

Desclée De Brouwer

A PEDRO ALEJANDRO Y ERIK BAUMANN
Para que sepan lo que hago cuando no estoy con ellos.

© EDITORIAL DESCLÉE DE BROUWER, S.A., 1996
Henao, 6 - 48009 BILBAO

Printed in Spain
ISBN: 84-330-1177-4
Depósito Legal: BI-1869-96
Fotocomposición: Zeta, S.L.
Impresión: Grafo, S.A. - Bilbao



ÍNDICE

Introducción.	13
1. El primer Contacto.	17
2. El consultorio.	23
- Setting terapéutico.	24
- Consejos para un buen encuadre general.	24
- Lista de materiales como sugerencia para tener en el consultorio de niños.	28
3. Entrevista con los padres.	31
- ¿Cómo es mi entrevista con los padres?	33
- Y ¿qué es esto de la Anamnesis?	37
- Juegos y técnicas gestálticas para las sesiones con los padres.	47
- ¿Qué sucede si uno de los dos padres no va a las sesiones?	54



4. Entrevista con el Niño.	57
- ¿Cómo se entrevista al niño?	59
5. Técnicas Psicoterapéuticas aplicadas en la Terapia Infantil Gestáltica.	73
- El uso del cuaderno de terapia.	75
- El uso de la Silla Vacía o del Oso Perls dentro de la Sesión Gestáltica Infantil.	85
- El uso de Quincy , Un Animal Doméstico dentro de la Sesión Terapéutica.	98
- El grupo de niños.	118
6. Más ejercicios de ayuda para el Terapeuta Gestáltico Infantil.	129
7. Casos	137
- Paloma y el león.	138
- El niño corazón.	149
- Rosa y la mecedora.	158
8. La despedida o cómo se terminan las terapias.	165
- ¿Cómo se termina una terapia?	166
- ¿Qué hacer cuando se interrumpe una terapia?	166
- ¿Y cómo son las sesiones cuando la terapia sí se termina?	174
9. Para acabar...	179

INTRODUCCIÓN

El profesional que decide dedicarse a la psicoterapia de niños, hace en realidad psicoterapia de todo, ya que enfrenta todas las problemáticas de las otras terapias: pareja, familia, grupo, individual.

Generalmente cuando se pregunta ¿y por qué quieres ser psicoterapeuta infantil? Las respuestas son: "porque me gustan los niños" "porque es gratificante" "porque para empezar me parece lo más fácil", "para ayudarles en sus problemas" "porque a los niños les tengo menos miedo"...

Desde estas respuestas es fácil olvidarse de todo lo que se pasa en psicoterapia de niños, todo lo que muchas veces se sufre, posiblemente más que en otro tipo de terapias.

El psicoterapeuta infantil, sobre todo el de enfoque humanista, muchas veces se verá haciendo terapia de pareja, pero no con el sujeto que en verdad es su paciente, sino por lo que vive en las reuniones con los padres de su paciente. Otras, terapia de familia, cuando tiene que entrevistar a los hermanos, padres, abuelos, profesores y hasta a las personas que les cuidan, muchas veces para el psicoterapeuta llega un momento en el que se le pierde el niño.

En este libro intento, ojalá de un modo sencillo, pero desde la práctica y la teoría, llegar a todos estos puntos que abarca la psicoterapia infantil: las sesiones con los padres, con el niño, con los hermanos.

El uso del Oso Perls, o de Segismundo, el objeto transicional dentro de la psicoterapia infantil, y de un perro como ayudante útil dentro del tratamiento de los niños (Quincy).

A mi modo de ver, el psicoterapeuta de niños debe estar muy seriamente formado, haber tenido su propia terapia personal y una supervisión constante y permanente al menos los primeros años de empezar en el trabajo terapéutico. Además de esto, saber amar no sólo al niño, sino también lo que para él es lo más importante en su vida: sus padres, su hogar y su entorno.

El niño, cuando va a sus primeras sesiones, aún no sabe qué es eso de la psicología, de la terapia y qué es lo que va a hacer, aunque se lo hayamos explicado, pero en la mayoría de los casos va dispuesto a dejar entrar, más temprano o más tarde, a ese sujeto que le dice será su terapeuta.

Quisiera desde este libro compartir muchas experiencias dentro de mi práctica con los niños, todo lo que ellos me han enseñado, todo lo que ellos me han asesorado, qué caminos son los mejores para llegar a ellos, sus comentarios respecto a la teoría infantil, sus observaciones sobre lo que es mejor y menos doloroso en cuanto a sus problemas, sus consejos sobre cómo pensar menos y ser más felices y todo lo que juntos, ellos y yo hemos descubierto del mundo infantil, en tantos años tan gratos y tan ricos de momentos alegres, tristes, frustrantes, impotentes, confusos, felices, risueños, y tan llenos de afecto y cariño, desde el lenguaje directo y desde el lenguaje simbólico.

Desde aquí quiero agradecer a todos esos primeros niños, que hoy ya tienen 20 años y con quienes empecé, y a los que posteriormente han ido llegando y partiendo, y retornando para volver a visitar a esa "especial familia" como nos dicen, que formamos Diana, Verónica, Quincy y yo, y que hace unos años, decidimos llamarnos Umayquipa. Y un gracias aún

mayor, inmenso, a todos los padres que supieron confiar a sus hijos en personas que no eran ellos, que además les decían cosas que a veces no era nada bonito escuchar (ni decir), que les reenseñaban cómo tratar y entender a sus hijos, una vez al mes, y nunca, nunca, han hecho sentirnos extrañas, ni marcaron distancias, ni hirieron nuestros afectos y entendieron nuestro trabajo desde el mayor respeto, tanto profesional como humano.

Y también espero que este libro sea útil no sólo a los terapeutas infantiles, sino a todos los terapeutas en general, se dediquen a adultos, adolescentes, grupo etc. ya que la teoría infantil es la base para entender posteriormente al ser humano en todas las etapas de su desarrollo. Pienso que sin un buen conocimiento de las bases de este empezar a ser, es imposible trabajar con el que ya "es".

Loretta Zaira



Voy a hacer una caricatura de
Loretta.



1

EL PRIMER CONTACTO

No toda solicitud de ayuda requiere psicoterapia. Es labor del psicoterapeuta el poder discriminar cuándo es prioritario, por ejemplo, cambiar las normas de educación del niño, o cuánto de la problemática que plantean los padres tiene que ver más con algo propio de ellos y no del niño.

Otras veces, se acude al psicoterapeuta como un modo de encontrar un salvador, o un santo, que basta tan sólo visitarle tantas veces al mes, para que todo se solucione: lo molesto, lo incómodo, lo no dicho y lo actuado.



El primer contacto que usualmente tenemos con el niño es a través de una llamada por teléfono de uno de los padres.

En lo posible, trato de devolver la llamada personalmente y no mediante la secretaria.

Este primer contacto intento que no sea ni muy corto ni muy largo.

Pregunto el nombre del niño, su edad, quién lo refiere y que me expliquen brevemente el motivo por el cual solicitan la entrevista.

Aunque el padre que llame esté muy ansioso, intento que no se me diga todo por teléfono pues ya desde esta primera vez es necesario que el encuadre esté claro y concreto, sin ser cortante ni falto de sensibilidad, y éste es que es preferible hablarnos cara a cara y no por teléfono, por lo tanto les doy la cita, el día y la hora.

Siempre intento, desde esta primera vez, no dar una cita demasiado alejada del día de la llamada ni tampoco al día siguiente o dos días después. Esto tiene su razón de ser, ya que los padres son como los niños que tratamos, de algún modo estamos dándoles los parámetros básicos de cómo va a establecerse nuestro tipo de relación a lo largo de la terapia, y si accedemos a sus presiones y angustias muy rápidamente, les estamos enseñando que la realidad y el otro, siempre estarán disponibles y utilizables para cuando ellos quieran, sin tener que esforzarse en tolerar un poco la angustia y la tolerancia a la espera. Muchos padres han sido avisados por los colegios desde principio del año académico, de la necesidad de una evaluación psicológica, y muchas veces, a dos meses de acabar el año escolar, cuando el colegio amenaza con el suspenso del niño, o el tener que abandonar el colegio por la no presentación del informe solicitado, los padres acuden corriendo a solicitar una entrevista e intentan que el terapeuta haga lo que ellos no hicieron por su hijo en todo el año. Si llevados por su ansiedad, accedemos, la próxima vez, y la próxima, no serán ellos en prever los tiempos para el niño y la realidad en la que se mueve (profesores, colegio etc) sino intentarán que otra vez el otro sea el que haga el esfuerzo de

hacerlo todo rápido y bien, para cumplir lo que el médico, colegio o profesor, etc. hayan solicitado.

Otra de las cosas que pregunto por teléfono es si el niño sabe de esta llamada, y que los padres están solicitando la ayuda de un psicólogo.

Si no es así, les pido que por favor se lo digan al niño, y que esté enterado del día en que se realizará esta primera entrevista.

Esto lo hago porque es necesario que el niño, sea de la edad que sea, debe ser tratado con el respeto y cariño que todos merecemos, y como vamos a tratar de él y sobre él, tiene todo el derecho a saberlo.

También les pido a los padres que a la primera entrevista vengan sin el niño, ni tampoco con ningún otro hijo. Que el niño tendrá su cita a solas posteriormente.

¿El por qué primero los padres?

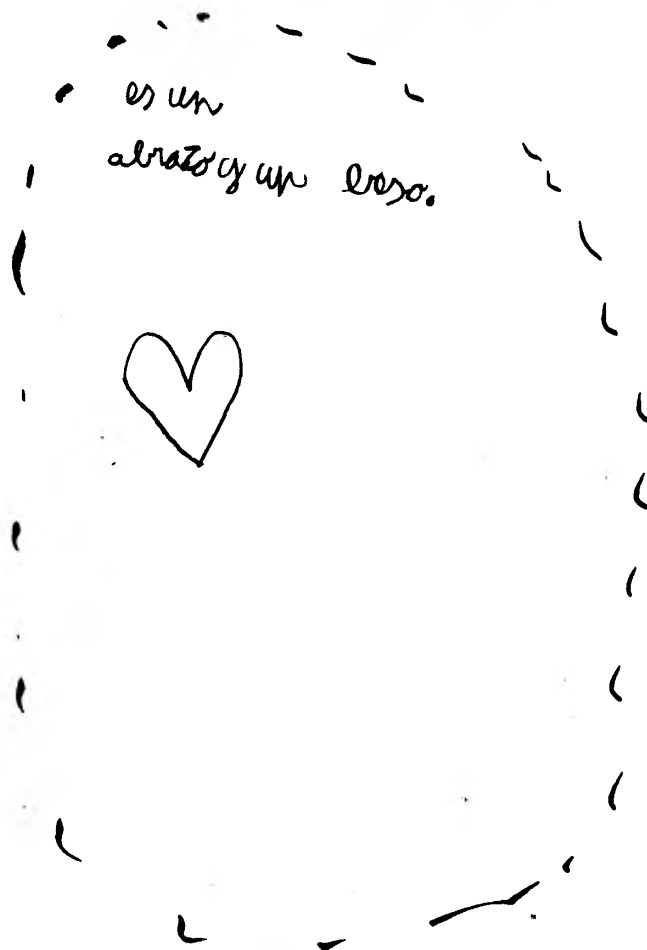
En realidad lo hago por propia comodidad. Prefiero enfrentarme antes con la ansiedad de los padres, tener un primer contacto con ellos y que me conozcan y tengan su propio pensar y sentir sobre mí, ya que esto ayudará en cómo el niño venga a su primera sesión conmigo. Si no me conocen o no han tenido alguna sesión conmigo es más difícil que puedan responder de la mejor manera a preguntas que el niño puede hacer antes de la evaluación o la terapia, ni que le puedan hablar de quién o a dónde van y para qué.

A no ser que el niño quiera venir el primero o estar en la cita con sus padres, lo hago de modo separado.

Existen diversas teorías que dicen que el niño tiene que estar dentro de la sesión con sus padres ya que debe escuchar lo que se habla de él. En mi experiencia con ellos y después de preguntarles muchas veces, ellos se sienten incómodos de estar con adultos, sobre todo con un adulto al cual no conoce y que posiblemente identifica con otro más de la lista que lo



Para mi Loretta es...



señalará con el dedo, o que es aliado de los padres, profesores etc. Lo que sí hago es contarle lo que se habló de él en la reunión que tuvimos sus padres y yo.

En cuanto a la pregunta usual que se hace de los honorarios, tiendo a cobrar una cifra total por la primera entrevista, evaluación psicológica y posteriores entrevistas de devolución tanto al niño como a los padres. Cifra que se dirá desde la primera entrevista.

Después de la evaluación ya se hablará de los honorarios del tratamiento, de acuerdo a los resultados de la evaluación psicológica y el tipo de tratamiento que se aconsejará.

Tampoco y en lo posible, intento dar esta primera cita muy espaciada de la primera llamada por ejemplo, dentro de los siguientes seis días, puesto que si están llamando es porque se han dado las condiciones para la búsqueda de ayuda: ansiedad de los padres por el problema, ansiedad del niño por el problema, presión del colegio o de algún profesor, agudización de la sintomatología, hecho traumático (divorcio, muerte, separación, enfermedad, nacimiento de hermano, etc.) y sabemos que el hecho de poder esperar tanto tiempo antes de la primera entrevista, da opción a que surjan o se refuercen las resistencias, tanto de los padres como del niño.

2

EL CONSULTORIO

El espacio físico donde se realizarán las sesiones es importante porque de algún modo será aquello que contenga todas las aventuras del viaje terapéutico. Por esto es necesario que sea un sitio con luz, con colores alegres y brillantes, con plantas, con materiales que sean bonitos pero no delicados, que permitan al niño mostrar su mundo, y sus conflictos, mediante el juego y lo creativo, sin cuidar demasiado si se daña el suelo, las paredes o la mesa. Generalmente, el niño trae a las sesiones muchas cosas suyas internas dañadas y parte de su mundo externo (separación de los padres, muertes, discusiones, mal rendimiento escolar, falta de auto-estima etc.) para tener que esperar de él, al menos por el momento, que cuide un suelo o una alfombra. Primero le enseñaremos cómo recomponer y reparar su mundo, para luego pedirle que cuide lo que lo represente.



Setting Terapéutico.

Se llama así a cómo organizamos nuestro sitio para trabajar, tanto desde el espacio físico, como del material necesario para las evaluaciones y las sesiones psicoterapéuticas.

Es conveniente recordar por un momento, que la Psicoterapia Gestalt tiene un acercamiento al paciente de tipo humanista, holístico, integrador y fenomenológico, esto quiere decir que tratamos a los pacientes desde una visión de cercanía de contacto muchas veces activo con el paciente, nos mostramos, interactuamos con él en el Aquí y Ahora, tanto con un lenguaje de tipo verbal, como simbólico y no verbal. Por lo tanto el espacio físico que utilicemos, de alguna manera deberá reflejar congruentemente esta postura.

Consejos para un buen encuadre general

Lo primero que considero como muy importante es la posibilidad de un espacio amplio, recordando que el niño, por sus propias características, necesita moverse, ya porque es lo normal y esperado en su desarrollo evolutivo, ya porque nos viene con algún problema de ansiedad, hiperactividad, y necesita moverse para descargar energía, otras veces porque aunque sea un niño inhibido, que tiene bloqueados todos sus movimientos espontáneos, necesitaremos entonces hacerle determinados ejercicios de desbloqueo, donde este espacio nos será necesario y muy valioso, tanto para él como para nosotros. Generalmente un espacio de 20 metros cuadrados estarían bien.

Otro punto importante sería la iluminación, que tuviese alguna ventana por donde pueda entrar luz natural. Este requisito creo que es importante para toda habitación que sea utilizada para consulta terapéutica, ya que da una sensación de claridad, de energía, de amplitud.

Si se hacen Tests o Evaluaciones Psicológicas a los niños, es necesario tener una mesa donde poder aplicarlos. La mesa

puede ser una mesa plegable que sólo se abra cuando se necesite hacer una evaluación y cuando no, tenerla plegada en algún otro sitio para que no ocupe demasiado espacio. Si la habitación que se usa para niños es la misma que se usa para el tratamiento de adultos, se puede utilizar la misma mesa que se tiene como escritorio.

El suelo, preferentemente tiene que ser bastante resistente, cálido y lavable, para que el niño trabaje tranquilo sin preocuparse obsesivamente en cuidarlo para que no se manche ni se raye. Por ejemplo, madera resistente, corcho o alfombra super lavable o barata para poder cambiarla cuando esté muy usada. Varios cojines en el suelo para estar cómodamente sentados cuando se nos ocurra trabajar en el suelo y de ser posible dos pequeñas sillas de tipo hamacas para "nuestras conversaciones serias" o como dicen ellos, "para hacer como haces cuando ves a los mayores". Cerca de estas sillas está una caja de caramelos de diversos sabores. Los niños saben que podrán coger sólo dos caramelos por sesión, y los podrán coger al final. Cada niño es libre de distribuir los caramelos como quiera, comerse dos en cada sesión, no comer en una para comer la próxima vez cuatro, etc. Si alguno quiere comer uno al empezar la sesión por supuesto que le dejamos, esto nos sirve para ver cómo se organiza cada uno respecto a esta consigna.

¿Y por qué dos caramelos y no tres o uno?

Pregunta casi obligada en todos mis seminarios, con una respuesta nada filosófica: Por cosas tan sólo obvias y prácticas. Uno, despierta la voracidad del niño: "quiero más", tres despierta la no contención de límites, el empaño y las caries, Dos permite elegir, pensar, reflexionar, sobre cuál escogerán, (las mejores decisiones y reflexiones de muchas terapias se han dado en este punto, en el momento de escoger los caramelos y que por supuesto les doy el tiempo necesario y requerido para tan importante empresa).

En algún lado de la habitación, sentado en su silla de tipo director, se encuentra Segismundo, el muñeco co-tera-

peuta, accesible tanto a la vista como a poder cogerlo y jugar con él.

El armario, ropero o mueble donde habremos colocado los juguetes, carpetas de los niños, material de trabajo que nombraremos más adelante, y que el niño tendrá plena libertad de abrirlo cuando quiera y sacar de él lo que desee, menos las carpetas de los otros niños, aquí se le enseñará que tiene plena libertad de abrir su carpeta las veces que quiera, pero la de los otros no y que lo mismo ocurrirá cuando otros niños vengan: usarán las suyas pero no tocarán la suya. ¿Por qué esta diferencia con el encuadre psicoanalítico, donde cada niño tiene su propia caja de juguetes que no es tocada por nadie más? El uso de la idea de este mueble de los materiales, es porque dentro del enfoque humanista, el espacio interno también tiene puntos donde puede ser compartido entre todos y es la carpeta. Con sus dibujos, nuestra transcripción de las sesiones, sus cosas que él escoge que se queden guardadas ahí, la que será toda suya y a prueba de indiscreciones. El objetivo de este planteamiento mío, sería el poder revisar los objetos internos de los niños, compartiendo objetos externos similares (juegos, juguetes, arcilla, pinturas, etc.) pudiendo trabajar, en el Aquí y Ahora, los celos, las rivalidades, la competencia, la envidia, y por otro lado también el compartir, la curiosidad, el cuidar para los otros, el tolerar la frustración de ver que otro niño ha usado algún juego dejado a medias, por ejemplo, los juegos de mesa.

En toda mi experiencia a lo largo de más de veinte años viendo a niños y trabajando con ellos, tanto con neuróticos como psicóticos y psicopáticos, este método no ha sido contraproducente sino que más bien hemos podido trabajar lo necesario para su proceso y todo lo antes mencionado.

Si hay espacio, tener un baúl de mimbre o de madera para guardar disfraces, marionetas, todo lo que tenga que ver con el teatro, dramatizaciones, etc.

Si también es posible, poner un espejo en la pared de tamaño natural, para que los niños puedan trabajar sus imágenes reales y las fantaseadas, y si no es posible, tener un

espejo muy mono de mano, o de tocador, ya que al niño constantemente le gusta constatar cómo está y cómo se ve, parte importante en su desarrollo psico-evolutivo.

¿Y el color de las paredes?

Para mí es un tema tan importante, tal vez por mi cultura peruana, que generalmente se mueve a través de los colores constantemente. ¿Qué diría de los colores de la pared? Por lo general, para la consulta se escogen colores que no necesiten limpiarse mucho, o colores sufridos como le dicen, o el color blanco porque amplía el espacio... Todo esto sería lo convencional, lo no arriesgado, pero yo propondría otra cosa...: usar colores luminosos!!!!, que contrasten con el color de las ventanas y el color de los muebles de la habitación, que contrasten con algunas de las plantas que siempre es bonito poner dentro de la habitación... Un amarillo por ejemplo o un salmón, un azul, o un marrón con tonos naranjas u ocre. Les apuesto que ganan puntos en su primera entrevista ya que romperían con la imagen de clásico psicoterapeuta serio, bien colocado en lo establecido, cuidadoso de su imagen, sobrio y a veces frío y distante.

Bueno ahora dejemos ya el decorado y la escenografía y hablemos sobre los materiales indispensables para el trabajo terapéutico. He aquí la lista de materiales al menos indispensable a mi modo de ver:

Las carpetas

Donde pondremos los trabajos de los niños y los apuntes de sesión. Para mí éstas son muy importantes y preferentemente escojo carpetas bonitas, de colores brillantes, alegres, hay muchas de estas en las librerías, de tonos rojo, morado, celeste, amarillo, verde, naranja, azul, etc. Menos el negro que no lo pongo.

Cuando el niño empieza el tratamiento le pido que escoja el color de la carpeta que prefiera. Esta es la razón por la que no pongo el negro, puesto que puede ser que el niño venga lo

bastante mal como para escoger el negro. Pero luego, conforme avance el tratamiento el negro ya no le guste o le duela mucho el recordar "su época sin luz". Y luego, fuera de la carpeta pongo el nombre con letras autoadhesivas, de colores brillantes.

Lista de materiales como sugerencia para tener en el consultorio de niños.

- Témperas: digitales y normales.
- Caja de rotuladores de muchos colores.
- Caja de ceras de muchos colores.
- Folios de color blanco.
- Pinceles o brochas de diferente grosor.
- Cartulinas o papel de construcción de diversos colores.
- Papel lustre también de colores surtidos.
- Tijeras romas.
- Lápices y gomas de borrar.
- Cuerdas de diferentes tamaños.
- Arcilla.
- Plastilina.
- Utensilios para trabajar la arcilla y plastilina.
- Pegamento.
- Cinta adhesiva.
- Juego de madera de construcción o maderas de diferentes tamaños para uso similar.
- Animales domésticos y salvajes, si es posible en familias.
- Familia de humanos (padre, madre, hijos, bebés).
- Títeres o marionetas, con los siguientes personajes: rey, reina, princesa, príncipe, algún personaje "malo".
- Autos: ambulancia, patrullero, bombero, camión, etc.
- Juego de tazas y platos pequeños.
- Biberón.
- Cepillo, peine para niños.
- Trapos para limpiar en situaciones de emergencia.
- Escoba y recogedor de tamaño pequeño (opcional).



- Una jarra de plástico para el agua.
- Delantal para los niños y otro para nosotros para cuando pintemos o trabajemos con arcilla.

Entre los juegos de mesa algunos que son útiles:

Buenos para la coordinación visomotriz y espacial:

- Rompecabezas.
- Laberinto.
- Palitos chinos o Mikado.
- Perfection.
- SuperPerfección.
- Simón.
- Pictionary.

Atención y Concentración:

- "Memory" para diferentes edades.
- Juego de naipes ingleses.
- Combate naval.
- Master Mind.

Desarrollo de lenguaje:

- Ahorcado.
- Tutifruti.
- Érase una vez...
- Tabú.

Y cualquier otro juego que se considere específico para cada caso en especial.

Baúl de los disfraces:

- Falda larga.
- Diversas camisolas.
- Camisa de hombre.
- Sombreros de hombre y mujer.
- Capa.
- Corbatas.
- Pañuelos para la cabeza.



- Boa de pluma de colores.
- Pelucas (payaso, brillos etc.).
- Espada.
- Diademas de princesa, reina, rey.
- Antifaces.
- Telas diversas para ser usadas como chales, turbantes, fajines.
- Guantes.

Es importante aclarar que todos estos materiales son una sugerencia, una guía. Lo importante antes que todos estos materiales es el terapeuta y su capacidad de invención, e imaginación y de creatividad. No es cuestión de si el niño quiere jugar a algo tiene que estar ese objeto. Lo importante es el juego, el imaginarnos que ese juguete existe, hacerlo con papel, con pegamento en dibujos y desde ahí jugar. Los mejores juegos son aquellos donde no se necesitan tanto objeto en lo concreto como la capacidad de usar cualquier cosa y usarla "como si...". Por ejemplo tengo niños que han usado la canasta de una maceta como sombrero para una boda y un libro como plato para una cafetería, y si el niño nos pone cara de sorpresa nosotros sigamos con el juego, ya que si él está acostumbrado a jugar sólo con juguetes, nosotros no, y podemos hacer de un papel, un vestido y de cartulinas, un avión o una casa.

3

ENTREVISTA CON LOS PADRES

Es importante recordar, que todo niño necesita y quiere a sus padres. Es común escuchar, en terapeutas infantiles la frase: "Si yo pudiera, le cambiaría a sus padres ..." Como si ésta fuese la solución. Si en verdad se los pudiésemos cambiar no arreglaríamos absolutamente nada pues todo volvería a comenzar una y otra vez.

Dentro de la sintomatología de alguien, todos tienen su responsabilidad, no sólo los padres sino también el niño.

Si les transmitimos mensajes aunque sean sin decírselo de modo verbal, de que el problema único son sus padres, no les estamos ayudando, ya que sus padres son su familia, las personas que él necesita que le quieran y a quienes querer, con los cuales pueda funcionar lo mejor posible y además algún día, lograr independizarse de la manera menos dolorosa posible.

Si pensamos que los padres son casi el único problema de nuestros "pacientitos", estamos dejando de lado una de los instrumentos más valiosos en el tratamiento de niños: la relación construida a lo largo del proceso de cura entre el psicoterapeuta del niño y su familia.

Estos padres, tienen todo el derecho a ser "pesados" a angustiarse, a preguntar, a dudar del tratamiento y de nuestras técnicas, a pedir rebajas en los honorarios, a no entender lo que hacemos con su hijo, a tratar de interrumpir el tratamiento cuando están cansados o temen inconscientemente que algún fantasma individual y escondido se haga presente con la "cura" del hijo.

No debemos olvidar que ellos son personas, seres humanos, que aman, odian, dudan, sufren y rien, y que no podemos proyectar en ellos las relaciones que tuvimos con nuestros padres, el deseo de reparar la pareja de éstos en ellos, o de hacer una familia "bonita y feliz" como la que deseábamos cuando éramos niños... y soñábamos, aunque nos apetezca desde el fondo de nuestro corazón.

El tema de los padres, es un tema que es necesario en todo tratamiento de niños, pero que muchos terapeutas infantiles con gusto se saltarían.

¿Son incómodos los padres? ¿por qué?

Tal vez esta pregunta la deberíamos responder desde nuestra propia relación con nuestros propios padres y nuestra infancia. Tal vez, el ser terapeuta infantil esconde un deseo de reparar nuestra propia infancia, o tal vez nos pasamos la infancia tratando de entenderlos y ahora no existen más ganas de hacerlo, o simplemente porque nos gustan los niños.

Los padres, los padres de nuestro paciente, son tan importantes como nuestro propio paciente. Primero, porque es parte importante de su mundo y luego, porque si existe una buena alianza entre ellos y nosotros, la mitad de la terapia casi está hecha.



¿Cómo es mi entrevista con los padres?

Como decía en el primer capítulo, tiendo siempre a citar primero a los padres, antes que al niño, no porque sean más importantes, sino porque en general, son los que en el momento de solicitar la entrevista, son los más angustiados, y por esto les cito primero. El niño, por lo general con el problema que esté, a no ser en casos especiales, para él no es un problema lo que los padres o el colegio ve como problema. Por lo tanto puede ser que no tenga la misma ansiedad. Pido que asistan ambos padres a la primera entrevista.

El concepto de Figura y Fondo de la Teoría de la Gestalt es el que generalmente utilizo en esta primera entrevista.

¿En qué consiste este principio?

Este concepto nos dice que en nuestro psiquismo interior, todas nuestras experiencias, por ejemplo: nuestra propia historia, para poder ubicarla y registrarla adecuadamente, y diferenciarla de otras experiencias, toman una determinada Forma que es especial, definida y configurada, que la hace diferente y posible de discriminar de otras formas, a esto en Teoría de la Gestalt lo llamamos Figura. Pero como es imposible que a nivel consciente podamos tener todas las figuras a un solo tiempo y todas juntas, mientras no las necesitemos, pasarán a ocupar un sitio junto con las otras, a lo que se llama el Fondo, es decir, dentro de nosotros existen en el Fondo una serie de figuras que momentáneamente no se distinguen una de otra, puesto que todas ocupan casi por igual el Fondo, y no existe casi una diferenciación entre ellas, es como si estuviesen en las sombras. En el momento que la persona quiere recordar una situación, evocarla, trabajarla en terapia etc. Es como si la iluminase, le diese luz, un espacio y una impronta, entonces, sale del Fondo y se conforma como Figura, permitiendo a la persona tenerla más al alcance de su conciencia, de su realidad.



¿Cómo utilizo este concepto en la entrevista de los padres para un primer diagnóstico?

En un papel pongo el nombre de la madre y en otro el del padre. Y estos dos papeles me servirán para apuntar en ellos lo que cada uno haga Figura de su hijo. Por ejemplo la madre puede hacer Figura de su hijo, su aspecto físico, o sus emociones, o su manera de hablarle etc., y decide, de modo consciente o inconsciente, dejar en el Fondo, otros aspectos de la realidad y de la personalidad de su hijo, que en ese momento, por diferentes motivos no les da importancia o no quiere hablar de ellos.

Del mismo modo, el padre, hará Figura ciertas características de su hijo: habilidad para los deportes, su desorden, indisciplina etc., y dejará en el Fondo, otras características, que también, de modo consciente o inconsciente, decide no mencionar o se le “olvidan”.

Cada una de estas cosas las voy escribiendo en cada uno de ambos papeles, no siempre lo hago delante de los padres, sino después de que se han ido. Aunque sea más laborioso para nosotros, el recordar siempre es mejor, para dar una mayor atención y mirada a los padres.

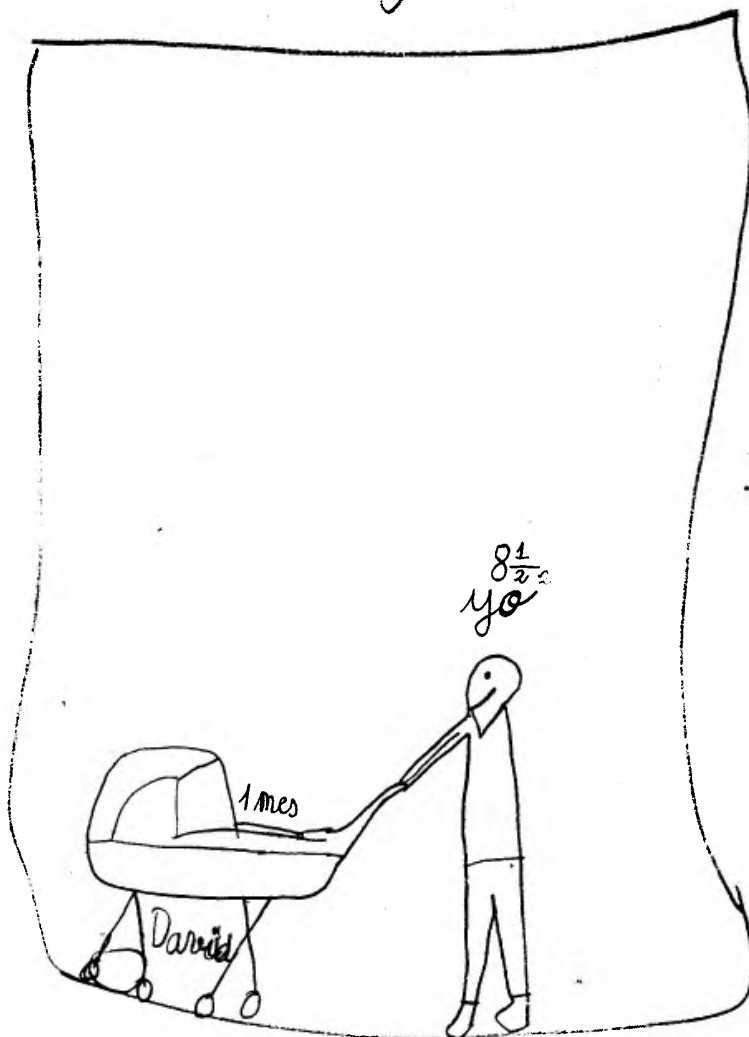
Al mismo tiempo es interesante observar y apuntar, qué características la madre hace figurar del padre, y viceversa, qué características el padre hace figurar de la madre, ya que posteriormente nos serán de gran ayuda para las entrevistas mensuales.



EJEMPLO DE GUÍAS PARA EL DIAGNÓSTICO GESTÁLTICO INFANTIL

[illegible]

Dibuja una familia



Y ¿qué es esto de la Anamnesis?

Aunque la terapia Gestalt está dentro de las terapias humanistas y es importante el concepto del Aquí y Ahora. En todo tratamiento infantil es necesario manejar conceptos evolutivos de lo esperado o no esperado para la edad del niño, conceptos que ahora no escribiremos ya que sería demasiado largo y nos desviaría del tema de la psicoterapia, y por esto remito a cualquier buen libro de Psicología o desarrollo evolutivo del niño.

Como decía, es importante al menos, tener algunos datos importantes respecto al desarrollo el niño. Para hacerlo más claro y manejable pondré el ejemplo de una primera entrevista de los padres de Isabel.

¿Qué numero de hija es?

- Es hija única

¿Cuándo nació?

- El 4 de Marzo de 1986

¿Cómo fue el embarazo?()*

- Es adoptada.

¿Tienen algún dato de la madre o del padre, del embarazo y del parto?

- Era una madre joven, del padre no sabemos nada. Parece que el embarazo fue normal, cuidado y nació bien, ya había decidido darlo en adopción antes de dar a luz, desde el embarazo y cuando nació no la volvió a ver.

¿Cuándo caminó?()*

- Al año, ya bien.

¿Cuándo habló?()*

- Al año ya decía algunas palabras seguidas. Se expresó bien de niña.

¿Cuándo dejó los pañales de día y de noche?

- A los dos años y medio.

¿Fue a la guardería, cuándo y cómo aceptó el ir, le costó o le fue fácil,?

- A los tres años, le gustaba ir, a mí me costó más. El hacerlo me dice la madre, me parecía muy largo que se quedara todo el día hasta que yo saliese de trabajar, la veía muy menuda y frágil.

¿Le fue fácil el cambio de alimentación de papilla a sólidos?

- No hasta ahora. Es difícil para comer. Prefiere que esté alguien con ella que la acompañe pero tarda demasiado. (Esta pregunta tiene como objetivo saber cómo el bebé enfrenta a los cambios su adaptabilidad, igual que el cambio de la casa a la guardería, si se adapta fácilmente o le cuesta y permanece como enquistado en determinadas situaciones como papillas, que le den de comer en la boca, o que le acompañen en sus horas de guardería o no lo dejen solo.)

¿Cómo así le escogieron el nombre que lleva? ¿Por qué?

- Dice la madre: Porque es el nombre de mi abuela a quien le prometí que si era niña se llamaría como ella.

¿Y te gustaba ese nombre?

- No, pero su padre quería que se llamase como yo y mi nombre no me gusta.
 - (Este detalle del nombre es importante puesto que el nombre siempre viene a significar a la persona, ya sea con unas expectativas determinadas por ser el nombre de una persona importante, ya sea como en este caso, por "salvarla" de alguno considerado como feo, indiferente o de la "otra familia", o significa las características que cada padre fantasea respecto a ese nombre. En este caso podemos ver que a Isabel se le asigna un nombre casi sin saber porqué, la excusa es la petición de la abuela, pero en verdad la madre lo hace por no ponerle el nombre suyo, es decir, lo que el padre desea, pero no plantea alternativas diferentes, algún nombre deseado o venido de ella, o propio del padre. Estos detalles son importantes para poco a poco luego hilvanar la historia interna del paciente.)

¿Con quién duerme?

- Sola.

¿Desde cuándo?

- Desde que era bebé.

¿Quién la acompañaba a dormir?

- Yo: dice la madre.

(Esta pregunta es importante porque el acompañar a dormir a veces es una tarea no siempre ni divertida ni entretenida, hay niños que tardan en dormirse y si uno está cansado, es pesado estar ahí tratando de darle un tiempo especial. Esto nos ayuda también a tener alguna idea, al menos, por ahora, quién de la pareja puede tener más facilidad a mirar por el otro, tolerar la espera y tener paciencia.)

¿Cómo la dormías?

- Cantándole o contándole cuentos.

(Esta pregunta es importante pues hay padres activos y con ganas de estar con los niños, como en este caso, y otros que van a acompañarlos a dormir pero no están con sus hijos, o se están callados, o leen el periódico o un libro para ellos, o están recogiendo la habitación, o están callando constantemente al niño.)

¿Quién la lleva al colegio?

- Una amiga vecina que su hija va al mismo curso.

¿Quién la recoge?

- La misma persona.

(Estas dos preguntas me son muy importantes porque de alguna manera es un tiempo muy bonito y apreciado ir juntos al colegio y regresar de él. Aunque sean unos pocos minutos en metro o en auto o a pie, sirve para que los padres y los hijos tengan un tiempo muy especial para conversar, reírse y hacerse confidencias. También he descubierto que lo mismo sucede con las idas a las sesiones.

Muchas veces, al niño lo lleva el autobús escolar o va solo al colegio, porque queda cerca, pero es muy raro que justo dé la casualidad de que el terapeuta atienda tan cerca de casa que el niño pueda ir solo, por lo tanto, es un tiempo en que uno de los padres o ambos tienden a acompañar al niño a sus sesiones. Frecuentemente he visto cómo este ir juntos, al menos una vez o dos veces por semana al terapeuta, ha hecho que el niño y el padre o madre, se acerquen más, tengan un espacio hasta ahora no habido, donde a la fuerza tienen que estar juntos compartiendo lo que en ese momento les venga por la mente o por el corazón. Si observo que el padre o la madre utiliza un periódico o libro para este viaje, le sugiero en la sesión mensual que no lo haga, que aproveche este tiempo lejos de las normas de la casa, de la rutina diaria de los roles cotidianos, para conversar entre ellos.)

Por esto en lo posible, converso con los padres para que sea uno de ellos el que lo traiga o recoja de la sesión.

¿Cómo es un día cualquiera del niño? (ésta y las siguientes dos preguntas son de Armida Aberastury, y me parecen preguntas muy bonitas y que nos dicen mucho de la vida familiar.)

- Se levanta a las ocho, se baña, se viste y toma su desayuno, luego pasan por ella para ir al colegio, llega a casa a las 6 de la tarde, yo ya la estoy esperando, luego merienda y conversamos y si tiene deberes se pone a hacerlos, sino, ve la tele. Luego cenamos a eso de las nueve y media de la noche y se acuesta a eso de las 10. Pero como es lenta para dormirse, al menos hasta las once u once y media no lo hace.

Dice el padre: -Cuando está conmigo en mi casa sí se acuesta temprano. (¡Oh! afortunado padre que, justo en este momento dice algo que no sabía yo desde el principio.)

¿En tu casa?

- Sí estamos separados desde que ella tenía 3 años.



¿Y por qué no lo mencionaron antes?

- Pues como el tema de la consulta es su problema para aprender a leer y escribir, pues pensábamos decirlo de todos modos cuando se presentara la ocasión.

(Por supuesto que este dato nos sirve para hablar más sobre este tema de la separación y la necesidad de no dar toda la información por parte de ambos, desde el inicio.)

Y ¿cómo es un día de fiesta, cuando no tiene colegio?

Pues depende con quién le toque estar. Con ambos sale, visita a los abuelos etc.

¿Me podrían comentar cómo es un día de su cumpleaños, lo festeja, con quién?

Generalmente lo festeja en el colegio porque ella lo quiere así y para mí es más cómodo: Nos dice la madre. Luego en casa lo hacemos con la familia y el fin de semana que le toca lo hace con su padre.

¿Por algo no quisieron adoptar o tener más niños?

Es que como nos separamos pues ya no hubo más posibilidad.

¿Qué enfermedades ha tenido y cuáles son las más comunes actualmente()?*

De bebé muchos cólicos de gases, y fiebres no muy altas. Ahora anginas y alergias primaverales, toses bronquiales, rebeldes de curar.

¿Ha tenido algún accidente, operación?

No.

¿Ha tenido cambios de colegio o ha permanecido siempre en el mismo?

De la guardería pasó al colegio a los seis años, y está en el mismo desde esa edad.

Estas son más o menos las preguntas más importantes que hago en la primera entrevista dentro de la anamnesis. Las preguntas que tienen el asterisco(*) significan que cuando se



consulta por problemas de tipo orgánico o problemas de aprendizaje con sospecha de un fondo orgánico o físico, es necesario profundizar con mayor detalle estos datos y si se tienen a la mano informes médicos anteriores mejor.

Una vez concluida esta pequeña anamnesis que tiene algunos puntos de las anamnesis clásicas y otros que siempre me han parecido importantes preguntar para darnos una idea o hacernos una figura más clara de la persona del niño a nivel individual con sus características propias.

Antes o después de la anamnesis, dependiendo de la angustia de los padres, hablamos sobre el motivo que les trae a la consulta, generalmente yo prefiero primero hablar sobre lo que les trae a solicitar ya sea tratamiento o evaluación psicológica, para desde este momento ya ir haciendo mi diagnóstico sobre el niño, desde la Figura y Fondo que los padres plantean, para irlo luego agregando a los datos que me brinden con la anamnesis.

¿Por qué me es importante que vengan ambos padres?

Primero, por lo más obvio, porque es hijo de ambos, y aunque entiendo que cualquiera de los dos padres me daría casi la misma información en concreto, no es de ésta de la que voy a sacar mis ideas para el diagnóstico gestáltico, sino de la conversación de ambos, de las posturas de su cuerpo ya sea entre ellos, acerca del mío, los tonos de voces, sus miradas o no miradas, las discusiones o puestas en común entre ambos, su modo de hablar desde la distancia o la cercanía por su hijo, su necesidad de ver el problema o de evitarlo, etc. Cosas éstas que por más que el otro padre me lo explique nunca será igual que el poder vivenciarlo yo.

¿Y qué sucede si ambos padres están separados?

Algo muy importante de recordar para las parejas, pero también a los terapeutas de niños, es que lo que se ha separado es la pareja, pero no los padres y esto es de vital importancia para el niño. Por eso es necesario que ambos padres puedan ponerse de

acuerdo, al menos por su hijo, para venir a sesión, para traer a su hijo y seguir un tratamiento. Siempre el tema será el niño y no la pareja y esto debe ser aclarado fundamentalmente desde la primera entrevista, y al niño se le dirá lo mismo: que sus padres no se han separado, sino los adultos como pareja, pero que cuando se trata de él, funcionan como padres y eso es lo que se hará cuando vengan a las sesiones del mes.

Por supuesto que hay parejas que por el momento no pueden ponerse de acuerdo ni siquiera por el niño, ni para venir juntos. Entonces los recibo por separado, hasta que puedan sentirse capaces de tener una sesión juntos. "aunque sea para pelear o discutir", les comento. "No importa, yo me hago responsable de la sesión."

¿Qué sucede si uno de los padres quiere venir con su nueva pareja?

Aquí es importante aclarar diferentes temas:

El primero y más importante es que el primer lugar lo tienen ambos padres. En segundo lugar, la pareja nueva, ¿cuánto tiempo tienen saliendo juntos?, ¿es una pareja estable o recién constituida?, esto es porque para empezar a hablar del niño y de sus cosas, prefiero que sea una persona que ya tiene establecido un vínculo constante con el niño, que sea una persona que lo conoce desde hace un tiempo y que proyectan hacer una nueva familia. Porque si no, estaríamos haciendo entrevistas y sesiones mensuales con parejas que a veces son de dos y tres meses y luego rompen. Esto sería primero por guardar la intimidad del niño respecto a sus cosas y su mundo y luego, porque en el momento que citemos a la nueva pareja para el niño esto es garantía de una perdurabilidad de este vínculo y si es reciente no lo podemos saber aún aunque existan las mejores intenciones.

Generalmente tiendo a preguntar el porqué se quiere traer a la nueva pareja. Si es que el otro padre está de acuerdo o no y por qué, y luego lo consulto con el niño, tanto si es respuesta afirmativa como negativa, indago las razones de cualquiera de las dos respuestas.

Esto no quiere decir que si se considera necesaria, en el transcurso de la terapia y si la nueva pareja es estable, será necesario tal vez tener alguna entrevista con ella para dar nuevas informaciones, o tratar temas que se refieran a ella y su relación con nuestro paciente.

Pero volviendo a la toma de datos, una vez que esta primera entrevista concluye, explicamos a los padres en qué va a consistir nuestro trabajo. Si por ejemplo vemos necesario aplicar toda una batería de tests, tanto de inteligencia, aprendizaje y emocional, y por qué pensamos esto, más o menos en qué consistirán y el tiempo de duración. Explico que habrá luego una sesión de devolución de los resultados con un informe escrito tanto para ellos como una sesión de devolución de acuerdo a su edad, para el niño. Y si no hubo evaluación y el niño entra directamente en terapia, en esta sesión se le explicará en qué consistirá esta terapia.

También les pido que antes de que venga el niño a su primera entrevista que por favor le expliquen que vienen donde Loretta, que soy psicóloga (persona que ayuda a los otros a entender y tratar de solucionar sus problemas) y que vendrá a jugar conmigo, con Segismundo (el muñeco) o con el perro si es que lo tenemos. Pero que por favor no lo traigan sin decirle dónde va, que yo se lo explicaré de nuevo pero él está en su derecho de saber dónde lo traen (y aunque resulte difícil de creer, muchos padres hacen caso omiso de esta petición y traen al niño sin decirle a dónde va ni para qué va).

Después de que los padres se han ido hago también una guía desde el terapeuta y la sesión que hemos tenido.

Usualmente en la primera entrevista, antes de acabar la sesión, explico a los padres un poco en qué consistirá mi intervención en relación con su hijo. Intento hacerles conocer un poco el método de trabajo, de orientación humanista, y luego de acuerdo a lo que hemos hablado en esta primera vez, propondré si es necesario una evaluación psicológica, o simplemente entrar directamente en una terapia.

A mi modo de ver, por regla general, prefiero siempre que un niño tenga antes una evaluación psicológica, ya sea una total

(inteligencia, aprendizaje y emocional) o una parcial (sólo inteligencia o sólo aprendizaje o sólo emocional, o mezcla de alguna de éstas, de acuerdo al caso y a lo que queremos investigar.)

¿Por qué esta evaluación la considero necesaria?

Porque en el tratamiento de un niño, sabemos que nuestro paciente está en continuo desarrollo de todas sus capacidades tanto físicas como emocionales, y el modo de poder tener un seguimiento bastante objetivo y científico es tener algunos datos de evaluación antes de empezar el tratamiento, para que luego, durante el proceso, podamos ir contrastando con otras evaluaciones posteriores. Al mismo tiempo, muchas veces, de acuerdo a la problemática que presenta el niño, el colegio, el pediatra etc., nos pedirán también informes sobre el niño y por esto es mejor tener unas pautas estandarizadas, como son las mediciones de los tests. Para poder desde ahí dar una idea aproximada tanto a los padres como a los profesionales que lo soliciten de cómo está el niño, tanto en sus habilidades externas como en sus mecanismos internos.

No debemos olvidar, dada nuestra formación humanista, que el Test o las pruebas no tienen que ser un arma para etiquetar y nada más, o para dar una serie de números que muchas veces los padres ni entienden ni se les explica. El Informe Psicológico debe ser objetivo, científico, bien redactado, pero al mismo tiempo sin tantos términos profesionales cuando sólo va dirigido a los padres, sino más bien con un lenguaje cercano, sencillo y de respeto tanto hacia el niño como a sus padres.

También es importante recordar, que por peor que esté un niño, el psicólogo siempre debe tratar de encontrar cosas positivas en él, sus recursos, sus potenciales, sus capacidades no utilizadas. Es trabajo del psicólogo infantil, el tratar de investigar qué características positivas tiene el niño cuando en apariencia parece que todo está mal. No hay mayor desaliento que leer un informe donde todo está mal, todo lo tiene mal, son informes desesperanzadores, sin ninguna posibilidad y además no sirve de nada. Esto no quiere decir que no

pongamos las cosas que son, recuerden que es objetivo, sino en tratar no sólo de ceñirnos a los puntos fríos de la estadística sino a la parte humana del paciente y su familia que esperan de algún modo, de parte de nosotros una posibilidad de ayuda y de esperanza.

Por esto aconsejo que un Informe siempre se termine con lo positivo, no acabarlo con cosas negativas puesto que da a la lectura todo un tinte depresivo, y cuando lo acabamos con los recursos, posibilidades, medios de solucionar el problema, existe una mayor posibilidad de que los padres y el niño, se sientan motivados para empezar un tratamiento.

También les explico a los padres que una vez que tengamos hecho el diagnóstico tendremos otra cita para la devolución de esta evaluación y que el niño también tendrá su propia cita para conocer sus resultados. No me parece justo ni humano, aunque el niño sea pequeño (unos cuatro años) que haya estado esforzándose varios días en nuestros encuentros para responder a nuestra demanda de tantas pruebas y luego ni siquiera sepa el resultado ni se lo expliquen. Generalmente, de acuerdo por supuesto a la edad de cada niño, le comento que le voy a ir leyendo el informe (se lo explico con sus palabras) y que le iré preguntando si está de acuerdo o no con lo que voy diciendo.

Una vez que el resultado del Informe ha sido dado a los padres y se ha visto que el niño debe venir a terapia, empiezo a hablar sobre el encuadre, es decir, sobre qué normas o lineamientos nos moveremos durante el tiempo que el niño necesite el tratamiento.

Encuadre y contrato con los padres.

Les planteo a los padres que el niño, por regla general, debe venir a terapia dos veces por semana.

¿Y por qué dos veces por semana si por regla general en las terapias humanistas son una vez por semana?

Este es uno de los puntos donde diferimos en cuanto a la terapia de adultos y a la de niños. Un niño que viene una vez

por semana le es muy poco, ya que por su desarrollo evolutivo, una vez salido de la sesión lo más probable es que ni piense ya en los temas trabajados o hablados. Y es lógico y es normal. El niño y su mundo está compuesto de juegos, de hermanos, de peleas, de tareas escolares, de sueños y de televisión, como para poder querer pensar aún en su terapia. Puede ser que de acuerdo a su edad, un púber sí piense en algo de ella a lo largo de la semana pero en general no ocurre así. Por esto considero necesario que la frecuencia óptima en el tratamiento infantil es de dos veces por semana, con una duración de 45 minutos cada sesión, ya que una hora se hace muy pesado para el niño, si es que se trabaja realmente con él, y el trabajo terapéutico debe ser vivido como algo cómodo, no persecutorio ni largo ni agobiante. Sólo en niños de muy corta edad, 3 y 4 años, planteamos la sesión de media hora, si lo creemos conveniente.

Una vez hablado sobre la duración y frecuencia de las sesiones del niño a los padres, les planteo su sesión mensual, es decir, los padres tendrán que venir ambos una vez al mes, para poder conversar acerca de su hijo, su evolución, angustias, reconocimientos etc. Pero también los padres vienen para tener un espacio donde poder ellos también trabajar sus cosas.

A esta sesión deben venir ambos padres.

¿Qué hago con los padres en estas sesiones?

También hacemos además de hablar de su hijo ejercicios gestálticos de desarrollo y crecimiento personal.

Juegos y técnicas gestálticas para las sesiones con los padres.

Hacer un dibujo:

Cada uno en un folio y con estas ceras que tienen delante, van a tratar de dibujar cómo representarían a su hijo. No tiene que ser un dibujo realista, más bien tiene que ser un dibujo

GUÍA DE LOS PADRES

Guía de la primera entrevista (lo que hace Figura es...)

-
-
-
-
-
-
-
-
-
-

Y lo que intuyo que permanece en el fondo es...

-
-
-
-
-
-
-
-
-
-

Resumen de la figura de los padres como pareja

-
-
-
-
-
-
-
-
-
-



abstracto, casi sin formas y con colores. Luego que han terminado me avisan. Tienen unos 10 minutos para hacerlo.

Ahora que han terminado intercambien su dibujo con su pareja, ahora, tómense un tiempo para ver el dibujo de su compañero y escriban en la parte de atrás del folio, diez características que les sugiera el dibujo, no su hijo, sino el dibujo hecho, características de lo que ven que está dibujado. Por ejemplo: suave, apagado, brillante, etc. Una vez que tengan las características escritas, vuelvan a ver el dibujo y traten de ponerle un título que les resuene.

Ahora, vuelvan a cambiarse de dibujo y cada uno quede con el que dibujó. Lean el título y traten de sentir cómo lo sienten, y luego lean las características escritas atrás y traten de ver si es que esas características tienen que ver más con Vds. mismos o con su hijo.

Comentar el ejercicio lo que reste de la sesión.

Ejercicio de las polaridades

Volvamos al ejercicio pasado, y volvamos a leer las características que se pusieron en el papel, las diez, ahora escriban al lado de ellas la polaridad de esa característica: por ejemplo, si pusieron duro: la polaridad o su opuesto sería blando, y así cada característica con su opuesto. Tienen 10 minutos para hacerlo.

Una vez que ya tienen los diez opuestos, vamos a revisarlos ya que no siempre lo que creemos es un opuesto en verdad aunque para nosotros puede ser que sí pero no siempre es así: por ejemplo lo opuesto de dominante no es pasivo, pero muchas personas lo ponen así.

¿Qué podría significar esto?

Que por ejemplo la persona para defenderse de ser pasiva domina a todo el mundo, cuando en verdad, lo que tendría es que ser más activo.

¿Qué características creen uds. que tiene su hijo ya sea de una polaridad o de la otra, y cuál creen que no es aceptada por cada uno de Vds.?



Lo que hago o dejo de hacer

Hoy vamos a revisar qué cosas hacemos o dejamos de hacer para que nuestro hijo no sea como las características que pusimos en la segunda lista, en la de los opuestos. Comentemos un poco qué cosas hago por ejemplo para que mi hijo no sea pasivo, o dominante, o débil o tonto etc., o qué dejan de hacer para que él no sea estudioso, sano, cariñoso, conversador.

*Ejercicios de fantasía**Dentro de cinco años*

Hoy vamos a cerrar un poco los ojos, respirar unos segundos y ponernos en contacto con nuestro cuerpo. Quiero que por un momento traten de visualizar a su hijo. Traten de ver cómo está, con quién está, qué está haciendo, qué edad tiene. Ahora imagínenselo dentro de 5 años, qué es lo que hace, cómo se siente, con quién está, si está solo o acompañado, cómo es su vida.

Ahora imagínenselo otros 5 años mayor, nuevamente traten de visualizar dónde está, con quién está si está con alguien, qué hace, cómo se siente, cómo es su vida, si les dice algo.

Ahora imagínenselo 5 años mayor aún, ¿qué ven en él? Lo ven diferente, distinto, ¿en qué? Traten de ver qué está haciendo, cómo se siente y qué quiere decirles.

Y prosigan este ejercicio así, hasta llegar por lo menos hasta los sesenta años del hijo.

Este ejercicio sirve para rescatar información de tipo inconsciente que han recibido los padres de parte de su hijo y que la tienen almacenada sin darse cuenta y de algún modo les muestra de manera pausada y sin ansiedad, el desarrollo de las cosas que en la actualidad están haciendo por su hijo.

Como tres niños

Cierran sus ojos y respiren lentamente, tratando de llegar a todas las partes de su cuerpo, una vez que hayan alcanzado la relajación imagínense que cada uno de uds. va retrocedien-

do en el tiempo, ahora tienen 5 años menos, luego otros cinco años menos, ahora otros cinco y así sucesivamente hasta llegar a la edad de su hijo. Ahora traten de visualizarse cómo se ven, cómo ven a su pareja y luego cómo ven a su hijo. Fíjense dónde están, describan mentalmente el sitio, cómo ven a su hijo ahora que tienen su misma edad, ¿qué es lo que quieren hacer? Traten de establecer algún contacto con él, físico, emocional, hablar, correr. Traten de escuchar qué les dice él. Pregúntenle algún consejo que uds. quieran saber. Pregúntenle cómo los ve a Vds., y traten de abrirse a lo que les diga.

Ahora escojan un sitio para ir juntos, y una vez allí, jueguen un rato y luego despídanse y empiecen a crecer, tienen 5 años más, luego 5 años más y así sucesivamente hasta llegar a la edad de ahora. Ya pueden abrir los ojos.

Vamos a comentar lo que vieron y lo que sintieron.

¿Recuerdas mamá, recuerdas papá?

"Hoy vamos a explorar un poquito la infancia de Vds. Cierren sus ojos, pónganse cómodos y empiecen a respirar como han aprendido, tranquilos, suavemente, tratando de que llegue su respiración por todo el cuerpo hasta los pies, hasta las puntas de las manos y de la cabeza, muy bien. Ahora vamos a empezar a retroceder en el tiempo, tienen 5 años menos, visualicen dónde están, qué hacen, cómo se sienten. Ahora retrocedan 5 años más, visualicen nuevamente dónde están, con quién y cómo se sienten. Y así sucesivamente ir llevándolos hasta los años parecidos a los del hijo que es nuestro paciente. Traten de ver dónde están, con quién se encuentran, traten de ver si es que está vuestra madre o vuestro padre cerca. Si no es así, búsquenlo. Traten de encontrarlo. Una vez que lo hayan hecho, traten de visualizar cómo se ven junto a él, qué sensaciones tienen, cómo lo ven a él, qué piensan de él, qué quisieran de él. Hagan un diálogo desde su niñez con su padre o madre, pregúntenle algo que quieran saber, algún consejo que les pueda ayudar luego con su hijo, alguna petición que quisieran hacerle para Vds. mismos, algo que necesitaban antes y también ahora de él." (Todos estos



puntos irlos diciendo poco a poco, para que los padres tengan tiempo de conectarse con las imágenes y poder hacer el diálogo que le estamos pidiendo.)

“Traten de pensar en algo que quisieran decirle antes de despedirse, ¿qué es lo que les contesta? ¿qué es lo que les dice? Ahora vamos a hacer lo mismo, nos despedimos del padre con el que estábamos hablando y vamos a buscar al otro y volvemos a hacer lo mismo, tratamos de verlo, describir cómo lo vemos, qué es lo que vemos, cómo nos sentimos delante de él, qué le queremos preguntar o decir, qué consejo nos interesa oír y cuál no. Qué queremos decirle que no le hayamos dicho antes, cómo se sienten así de niños o prefieren hacerse mayores. Una vez que termine su diálogo se despiden también de él y poco a poco van creciendo, tienen 5 años más, y luego 5 más, y luego 10 más hasta llegar a la edad de ahora y llegar hasta aquí donde estamos reunidos. Ahora vamos a comentar un poco lo que sintieron, lo que vieron y de lo que se dieron cuenta.

Todos estos ejercicios son importantes para que los padres cooperen y se sientan dispuestos y motivados, y que cuando les expliquemos que en el encuadre de nuestro tratamiento existe el compromiso y la necesidad de una sesión mensual con ellos, que también ellos tendrán algunos ejercicios con pinturas, ejercicios de imaginación etc, que los ayudarán a llevar mejor todo el proceso de terapia, ya que es un proceso en común de ellos, del niño y del terapeuta. Y que para el niño es muy saludable y tranquilizador saber que los padres también tienen sus sesiones y no sólo él.

Es cierto que habrá padres que tal vez se sientan incómodos cuando les expliquemos eso, que necesitamos su colaboración desde una experiencia propia de ellos, y no una reunión más donde sólo se hable del niño y del informe mensual, “esto hizo bien, aquello no”. Otros padres pueden tomarlo con deportividad y hasta de forma lúdica y divertirse.

Otros padres más adaptados o más obedientes intentarán sentirse animados y hasta motivados con nuestra propuesta.

Con todo esto lo que quiero hacer notar, es que no es común, al menos por ahora que cuando van unos padres a consultar sobre su hijo, se vean involucrados ellos también a nivel de ejercicios y experiencias con el terapeuta de su hijo. Por esto debemos ser tolerantes, comprensivos y amables, cuando veamos las diferentes caras de espontaneidad que nos reflejan a pesar de todo un horror a la escena y al actuar, o a verse expuesto (como en los teatros cuando uno va a ser espectador y al final termina actuando a la fuerza).

Habrán padres que se lo tomen de broma y tratarán de evitar sensaciones con risas o chistes o comentarios fuera de tono. No se impacienten ni se irriten porque no nos toman en serio. Es comprensible, vinieron aparentemente por una cosa (un problema con el niño) ¡y terminan ellos haciendo los deberes!

Así que mi consejo es que no se desanimen, y que cuando lancen la propuesta no la hagan con miedo ni con temor al rechazo, pues lo más probable es que suceda así, ya que estaremos más dispuestos a buscar todos los signos que nos indiquen “que estamos haciendo el ridículo” más que las señales de bienvenida. Para esto, es mejor estar convencidos de lo que se está haciendo, como en todo, y yo les aseguro que funciona y muy bien. Hay padres además muy entusiasmados con todo esto, pues se animan a veces a hacer alguna experiencia de crecimiento personal, unos de tipo breve o focalizada y otras un período más largo.

Otro consejo si es que son novatos, es que empiecen con padres que son colaboradores y están muy motivados, ya que son aquellos a quienes les divertirá la idea y que además están dispuestos a ayudarles en lo posible.

Conforme la terapia está avanzando y el niño y los padres también, de acuerdo a la evaluación que Vds. hagan del proceso, estas sesiones mensuales pueden ser espaciadas a una cada dos meses y luego a una a cada tres. Es importante que en esta sesión no se centre tan sólo en el rendimiento o no del niño, por ejemplo en el colegio y donde sólo el tema de si ha avanzado o no en las notas que trae o deja de traer. Nosotros,

por más que estemos de acuerdo con que un niño debe rendir en el colegio y aprender, este no es sino uno de los muchos puntos que se tocarán en el desarrollo del niño y que contribuirán a convertirlo en una persona adecuada, adulta, espontánea y creativa.

¿Qué sucede si uno de los dos padres no va a las sesiones?

Generalmente tiendo a insistir sobre este tema y desde el principio digo que así es mi método de trabajo para que funcione. Puede haber casos en que uno de los dos empieza a faltar o se ausente frecuentemente. Intento y sigo peleando por la cita mensual de ambos, y si en el peor de los casos, uno de ellos se mantiene en su posición que no quiere ir para nada a las sesiones, recibo al padre que sí está de acuerdo con ir y trabajamos algo la ausencia del otro y cómo esto puede tener que ver con otras situaciones donde ellos no sólo están en desacuerdo desde la mente, palabra o emoción sino también desde el acto. Cuando hay una petición de ayuda, en este caso de los padres, la teoría ideal existe, para que todo funcione mejor: horarios, honorarios justos, presencia de ambos padres, padres colaboradores, asistencia continua del niño a las sesiones, etc. Pero por la misma patología que tratamos, muchas veces y frecuentemente, esto no sucede y nos encontraremos con lo contrario justamente. Y es entonces donde tendremos que hacer filigranas para no dejar sin atender esta petición de ayuda.

Por último, no me canso de insistirles que lo más importante para el niño que nos viene a sesión son sus padres, actúen ellos correctamente o no, y por esto debemos intentar quererlos y tratar de ser un buen equipo en el tratamiento de la problemática del niño. Si están ante nosotros, de algún modo es porque han reconocido, aunque sea con esfuerzo o lentitud, que algo no están manejando bien, que algo se les escapa y que hay sufrimiento tanto en el niño como en la familia. Por esto han llegado hasta nuestra consulta y por esto



en algo intentan escucharnos, aunque muchas veces la ansiedad y los fantasmas propios de cada uno, obstaculicen el claro camino hacia el objetivo.

Recordar que son los padres y que ellos son los importantes junto a su hijo en el éxito de la tarea. Nosotros en algún momento desapareceremos ya de sus vidas, y serán ellos los que seguirán tratando de vivir juntos lo mejor posible, o al menos tratando de ser consecuentes con lo que quieren y desean y nosotros trataremos de ayudarles a conseguirlo, sin mucha culpa ni ansiedad, sin tantos temores ni angustias. Tan sólo paso a paso y aprendiendo a ver al otro, escucharle y hablarle, esto ya es importante como logro.

Las sesiones de los padres, no deben ser aprovechadas por el terapeuta para trabajar cosas individuales, aunque lo viera necesario, ya que sería saltarnos la ética y hacer trampa y además no hacerlo bien. Hemos quedado que era para trabajar las cosas de ellos en relación a su hijo y la problemática, y no estaría bien para el niño ni para los padres mezclar terapias. Si vemos que con los ejercicios mensuales alguno de los padres se moviliza demasiado, es necesario recomendarle alguna terapia de tipo individual.

Es cierto que muchas veces las sesiones con los padres pueden ser incómodas, tensas, silenciosas o de mucha confrontación, otras son muy resistentes o muy manipuladas, pero siempre, siempre, a pesar de nuestras escenas temidas puestas ahí, es necesario que las incluyamos dentro de nuestra herramienta de trabajo de terapia infantil, y no nos defraudarán los resultados.



4

ENTREVISTA CON EL NIÑO

Es importante recordar que para el niño, sus sesiones de terapia deben ser como una isla que le sirva de refugio y de puerto de llegada, en medio de las tormentas y del mar agitado de su vida diaria; que le permita volver a ser niño nuevamente, a ser espontáneo, abierto, lúdico, creativo, confiado.

En esta isla debe encontrar la calma que lo contenga de fantasmas y ansiedades de su mundo interno, los permisos necesarios para encontrarse con ellos y los límites adecuados que lo ayuden a desarrollarse para sentirse mejor tanto fuera, en su mundo externo, como dentro de él.

Por esto es importante que le brindemos un trato lleno de afecto y de cariño, un trato de amor y de respeto, de escucha a sus ideas, a sus fantasías y sus juegos. El niño que nos llega a la consulta, está cansado de sentirse un estorbo, de estar demás, de que confundan la niñez con el ser tonto.

Aunque su terapia se haya concluido, tendrá incorporado dentro de sí ese espacio de juego y afecto, de conocimiento y de continente que le supimos brindar y entre los dos aprendimos a contruir.



¿Cómo se entrevista al niño?

La primera entrevista con el niño puede durar de media hora a 45 minutos. Lo primero que hago es preguntarle si es que sus padres le han dicho para qué venía. Si me dice que sí, le pido que me explique un poco lo que entendió. Si me dice que no, entonces se lo explico y le cuento que le había pedido a sus papás que ellos se lo dijeran. Y le pregunto que por qué cree que sus padres no le dijeron que venía donde mí, que soy psicóloga, que me gustan los niños y que me llamo Loretta. Nos tomamos un tiempo para hablar sobre esto.

Después de esto hablamos también un poco sobre si él sabe por qué viene donde mí, en qué le tengo que ayudar o en qué cree él que yo le puedo ayudar o quiere que le ayuden.

Esto es importante para ver si el niño tiene noción o conciencia de su problema, o más bien es una angustia de los padres o del colegio, por ejemplo.

Esto se da muchas veces con la enuresis o chuparse el dedo. Para muchos niños, esto no es un problema, y sí es un problema todo lo que se arma con los padres cada vez que hace eso.

¿Por qué es importante clarificar este punto?

Porque al igual que los adultos, si el niño no siente que es un problema lo que hace o tiene ¿desde dónde establecemos la ayuda? Si nos ceñimos a la palabra, se ayuda a quien necesite ayuda, pero aquel que no siente que hay un problema, ¿qué podemos hacer?

Una de las técnicas que utilizo es la siguiente:

Dibujando los problemas

Le doy al niño ceras o rotuladores y un folio. Y le pido que me dibuje lo que él cree que es su problema. Se puede tomar el tiempo que necesite y utilizar los colores que quie-



ra. Una vez terminado el dibujo hablamos sobre las cosas que yo veo en él y las cosas que él me dice que ha querido dibujar.

Si el niño no siente que tiene un problema, entonces le pido que me dibuje el problema que sus padres creen que tiene, y luego que ha terminado hablamos también sobre las cosas que yo observo en el dibujo y las que él me quiera contar. Después le pido que por favor, me dibuje el problema que tenemos al estar los dos juntos sin saber qué cosas ver y trabajar ya que no existe el problema.

En realidad el objetivo de todo este ejercicio es que el niño se comunique como mejor lo sabe, con los dibujos. Sabemos que todo niño, por más maduro que sea, o aunque tenga un lenguaje muy desarrollado, lo verbal aún se le puede dificultar.

Hay niños que también dicen: "no me sale" o "no sé dibujar".

Se supone que el niño SIEMPRE sabe dibujar. Es una manera lúdica de expresarse y es su mejor canal. Pero si dice eso, es porque algún adulto, o alguien mayor que él se lo ha dicho, le ha corregido lo que hacía, le ha dicho que así no es o le ha dicho que así no se dibuja o ha intentado enseñarle un mejor modo de dibujar. Todo esto hace que el niño un buen día se bloquee y se vuelva inseguro y pierda las ganas de dibujar con diversión y disfrute. Por eso si este es el caso del pacientito que tenemos delante, le comento que eso no es verdad, que todos los niños saben dibujar y que él es todavía niño y le pregunto que quién le ha dicho que él no sabe, para poder averiguar la fuente de su crítica. Entonces le explico que muchos adultos a veces por querer arreglar las cosas metemos la pata y hasta el fondo y que tal vez en su caso eso ha sucedido así, pues a mí no me parece que él lo haga tan mal.

Y si quieres ver lo que es un dibujo malo, le digo fíjate en esto. Y empiezo a dibujar delante de él. En este caso no tengo que hacer ningún esfuerzo en hacerlo mal. Soy pésima dibujante y todo niño mira horrorizado lo que hago en la primera entrevista, no pueden creer que lo haga tan mal.



Luego conforme vamos teniendo sesiones y ya nos vamos queriendo, empiezan a ver con simpatía mis dibujos pero en la primera entrevista y es automático, ¡empiezan a trabajar dichosos ante la perspectiva de que entre los dos, ellos sí que son artistas!

Esto es un claro ejemplo de que los terapeutas no tenemos por qué temer no ser perfectos, sino por el contrario estas imperfecciones nos ayudarán a solucionar pequeños escollos desde la primera entrevista.

¿Cómo conduzco esta primera entrevista con el niño?

Después de haberle explicado y conversado varias cosas, generalmente empiezo la evaluación, explicándoles más o menos qué son los Tests y qué quiero conseguir de ellos. También le explico que después de que estén los resultados también a él le diré cómo ha salido, qué recursos tiene y qué problemas tiene, si los hay, y el modo de solucionarlos.

¿Qué Tests utilizo generalmente?

Sólo mencionaré aquéllos que yo utilizo frecuentemente, ya que este libro es de terapia y no de evaluaciones.

Para medir la Inteligencia utilizo cualquier prueba de la Escala del Wechsler. El WPPSI y el WISC R y si los niños son muy pequeños el Stanford Binnet Escala L-M

Para Aprendizaje: el Test Gestáltico Visomotor de Bender y si los niños, son mayores de 8 años el de Retención Visual de Benton.

En cuanto a pruebas proyectivas, el Test de la Figura Humana, El Test del Árbol, El Desiderativo, los Tres Deseos y El Rorschach. Un dibujo libre y una sesión de juego.

Creo que son los básicos y nos dan una base muy buena de evaluación completa del niño.

De esta primera sesión con el niño también hago mi ficha de Figura Fondo como en la entrevista con los padres.



GUÍA DE LOS NIÑOS

¿Qué es lo que me hace Figura en el niño?

-
-
-
-
-
-
-

¿Qué es lo que el niño me hace figurar?

-
-
-
-
-
-
-

¿Cual sería mi figura total, uniendo la de los padres, la del niño y la mía?

-
-
-
-
-
-
-

¿Qué cosas creo yo que quedan en el Fondo y creo necesario que se hagan Figura?

-
-
-
-
-
-
-



También le explico al niño la frecuencia de las sesiones y el tiempo de duración. Dentro del encuadre que le doy a él está que al final de cada sesión puede coger de la caja dos caramelos a su elección. También le explico el trabajo con Segismundo, su utilidad y que nos acompañará en las sesiones. Le comento que puede jugar con los juguetes que haya, y que luego al finalizar la sesión deberá dejarlos guardados para el próximo niño. Que cada vez que venga, tendrá que hacer unos cinco folios de su cuaderno de terapia que se llevará al final.

Dentro del encuadre también le explico que sus citas son de él y sólo de él y que esa hora le pertenece a él y que cuando él venga nunca verá su hora ocupada. Me imagino que a veces le costará venir, sobre todo por dejar a los amigos y los juegos o a la televisión y los dibujos animados, pero por ahora ya hemos hablado que él necesita venir y él está de acuerdo en hacerlo. Sólo en caso de algún cumpleaños de algún amigo o alguna fiesta, él puede llamarme y sin necesidad de que lo hagan sus padres para pedirme un cambio de hora y si lo tengo se la doy.

A continuación le enseño varias carpetas o sobres grandes de colores diferentes y le pido que escoja un color, que será su sobre donde guardaremos todos sus trabajos. En la parte de afuera pongo su nombre con letras de colores. Estos sobres o carpetas están todas en un cajón del armario, todas, la de los niños que actualmente están en terapia, y cuando el niño llega a su sesión abre el cajón y saca su carpeta. En general intento que los colores sean muy diversos, pero no pongo el negro, puesto que aunque el niño se encuentre muy deprimido prefiero que no se etiquete con este color pues cuando se sienta mejor estoy segura que escogerá otro color.

Lo importante de la primera entrevista y de las sesiones ya de psicoterapia es que el niño se sienta cómodo, que no es lo mismo que no ponerle límites ni hablar sobre las cosas que son necesarias hablar, de acuerdo a cada historia y problemática del niño. Muchas veces a los niños, no les gusta hablar de las cosas que les duelen a nivel interno. Una de las razones es porque muchos de los problemas se refieren a su familia, sobre



todo sus padres, o a problemas que hay en su casa y para ellos el hablar de algo de la familia con una persona que no pertenece a ella, les genera mucha culpa y malestar. La diferencia con un adulto es que el adulto cuando trabaja alguna problemática con sus padres por ejemplo, éstos no le están esperando en la puerta para recogerlo, sino que tal vez no los vea hasta varias horas después, si es que aún vive con ellos. Tendrá tiempo para airearse, salir a pasear, caminar y pensar en lo que quiera. Un niño en cambio lo que intenta cuando hay problemas en casa, y aunque tenga las orejas muuuuuuyyyyy abiertas para escucharlo todo, se angustia y prefiere no hablarlo con nadie. Muchos terapeutas novatos se desesperan porque el niño no les cuenta cuando el padre viene borracho, cuando los padres separados se pelean por su custodia o inclusive cuando los padres hablan mal de nosotros o de la terapia. El niño es así. Su experiencia en general es que cuando han hablado algo, siempre ha sido contado a otros y además que ha producido dolor en alguien que quiere. Por esto se requiere mucha paciencia y mucho entendimiento a esta situación del niño para no presionarlo más allá de lo necesario, "un poquito cada dos veces" diría yo, por poner una frecuencia y una intensidad. Algunos niños pequeños inclusive se tapan los oídos para no escuchar nuestras palabras. Generalmente les explico que sé que por dentro hay una herida o varias y que a veces al hablar se puede sentir como que duele mucho. Lo que sucede que el "hablar consuela y luego cura", les digo, como el agua oxigenada en las heridas. A veces, como arde, no queremos que nos la pongan encima, pero luego agradecemos que al menos, deje de sangrar la herida. Si veo que al niño le cuesta mucho, le comento que yo iré diciendo algunas cosas de las que creo, pienso o siento y que me puede decir sí o no con la cabeza a las cosas que le voy diciendo. Otras veces le comento que aunque sé que le duele un poco hablar del tema, haremos sólo un poquito y luego haremos otra cosa pero que es necesario hablarlo y que la palabra, cura. También le explico que por eso nuestro gabinete se llama Umayquipa, que en quechua (lenguaje de los Incas)

Voy a dibujar como
ME SIENTO



significa soplando el amor, y que la terapia es eso, un soplo de amor en medio de muchas nubes negras.

Por supuesto que no sólo con la palabra trabajamos con el niño, sino que además para eso están las técnicas que iré explicando y también los juegos. Es en los juegos que el niño escoge jugar en la sesión, donde podremos ver que también nos está hablando y nos toca a nosotros, por supuesto el tratar de descifrar. Hay juegos donde notamos fácilmente lo que el niño nos está queriendo decir o lo que está expresando de modo lúdico para poder descargar sus angustias, como con los adultos que nos traen a sesiones sueños que son fáciles de trabajar y de interpretar dentro del lenguaje de los símbolos, pero otras veces por supuesto, el niño no lo tiene nada claro y tampoco nosotros, y es aquí donde nos toca hacer un trabajo de investigación. Es decir, tratar de darnos cuenta de incongruencias tanto en su lenguaje como en sus juegos, en su cuerpo, en sus actitudes, tratar de ver si lo que nos está diciendo tiene algún significado que no entendemos o es más bien un modo de no entrar en otros temas que le son dolorosos o angustiosos. Tratar de descifrar si el juego tiene como fin tan sólo pasar el rato, el competir, o tiene un significado propio y especial dentro de su historia, que tal vez no conocemos pero que nos lo está diciendo. Es aquí donde muchas veces descubrimos que aunque los padres lo nieguen y también el niño, sospechamos que le pegan, o le descuidan, o hay maltrato físico o abuso sexual, porque hay signos en los juegos que nos lo dicen demasiado a la cara y a nuestra piel y a nuestro olfato, como para que nos lo neguemos. El niño podrá, si nos esforzamos mucho, por casualidad, tener una vez un tipo de juego donde veamos estas características, pero no debemos repetirlo. La repetición de un juego de modo continuo todas las sesiones, o cada cierto tiempo, es un aviso para que nos demos cuenta de que algo tenemos que investigar y averiguar que le está pasando al niño y que él tampoco lo entiende pero lo sabe. Y muchas veces es un continuo mandarnos señales desde su inconsciente, por dónde está el camino, el problema, cuando no se tiene experiencia, es que en lugar de ver lo que es obvio y está

delante de nuestros ojos, andamos más preocupados en lo que debemos hacer, qué técnica utilizar, qué pasa si no sé hacerlo, es decir, en resumen, andamos más pendientes de nuestras voces interiores contaminantes que nos alejan del paciente, que simplemente abrir todas las compuertas que poseemos: ojos, oídos, nariz, boca, corazón, pulmones, piel, manos, estómago, ombligo y todas las herramientas propias de cada uno, que son las más confiables para escuchar y ver y sentir lo que simplemente ocurre delante de nosotros.

¿Es bueno jugar a lo que los niños nos proponen?

Por supuesto que sí. Creo que es lo básico de toda terapia con niños. No podemos permanecer como observadores sino que es necesario que nos impliquemos en su juego. El consejo que siempre doy es que un terapeuta, cuanto más idiota, mejor terapeuta. Es decir, el terapeuta que da por entendido muchas cosas del paciente, y por lo tanto ni pregunta, podrá ser muy buen adivino o intuitivo, y tal vez lo sea, pero no está ayudando al paciente a hablar sobre sí mismo, a buscar las palabras y a tratar de ser entendido por el otro y además a saber escucharse, y éste es uno de los objetivos por los cuales van a terapia. Lo mismo sucede con el niño. Por ejemplo si nos pregunta: ¿Sabes jugar al memory? Yo le digo que no y que me lo explique. Esto me sirve para varias cosas: la primera es para saber si el niño en verdad conoce el juego o la historia, cuento, película que me va a contar, luego si es que cambia algo, para poder descubrir luego el porqué lo hace, para qué le sirve hacer esos cambios. Y luego porque es un modo de dejar que ellos nos coloquen dentro de su juego y de sus historias desde donde nos necesita su mundo interno y no desde las reglas del mundo externo de la realidad.

¿Y si el niño hace muchas trampas y por ejemplo hace jugar siempre al terapeuta en papeles de sometimiento e incluso de recibir agresión?

Para todo existen límites y siempre digo que el terapeuta y la terapia, de quienes más se deben guiar es del sentido



común. Si vemos un abuso continuado de las reglas de juego, o de ponernos en papeles que son humillantes por ejemplo, o de recibir agresiones, reestablecemos las normas y el encuadre, explicamos nuestra oposición y tratamos de ver qué induce al niño a tener que tomar estas actitudes y para qué las necesita. En el caso de Susana una niña de cinco años, ella me pedía que le hiciese daño, cosa que siempre me negué, pero ese pedirme de modo tan repetido tenía un significado y hasta que lo entendí me costó su tiempo pero nunca acepté ni siquiera hacer "como si le hiciese daño": lo que más bien siempre le repetía era. "No Susana, yo no te voy a hacer daño" y la abrazaba, aunque ella se encolerizaba porque no la obedecía.

En algunos juegos los niños están tratando de repetir algo que les sucedió y generalmente lo terminan como terminó en su historia personal, y es aquí donde nos toca a nosotros hacer las variantes necesarias para poder darles a su guión otro final, más adecuado a ellos, a su infancia y menos doloroso o angustioso.

¿Qué normas hay en los juegos?

No sé si muchas o pocas. La principal es que no se permite agredir físicamente ni a mí, ni al perro que está en la sesión (Actualmente está Guasi en Umayquipa a.e de Madrid) para eso está Segismundo el muñeco. Tampoco permito destrucción adrede de objetos que estén dentro de la consulta, la mesa, la silla por ejemplo. Para eso hay sustitutos como la arcilla o la plastilina, y que eso sí pueden romper. Permito los gritos mientras considere que son necesarios para lo que se está trabajando en la sesión, pero no aquéllos que son más un exhibirse ante los otros despachos o como modo de llamar la atención. Les hablo de la convivencia y que en los otros despachos también hay otras personas trabajando y que necesitan un poco de tranquilidad. Esto no quita que cantemos, pongamos canciones en la grabadora, bailemos, nos riemos, hagamos peleas, etc.

Recuerden siempre que la primera entrevista es muy importante. Será el momento en que ambos, terapeuta y niño

se encuentren, se conozcan, y se decida el tipo de vínculo que ambos pueden establecer. El niño viene con muchas cosas dentro, sus propias cosas y las agregadas de las cuales aún tiene que descubrir y explorar.

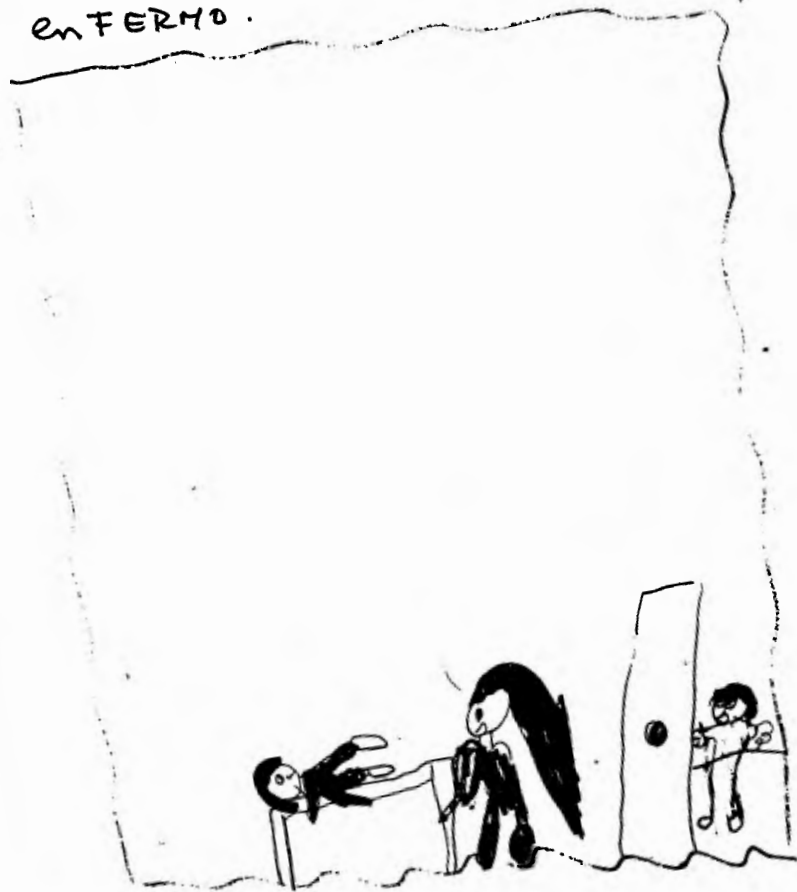
Esta primera entrevista tiene que ser clara, tierna, lúdica, llena de cariño y afecto, pero también de consistencia, de seriedad, de continencia, tranquilizadora y con compromiso. No debemos asumir que el niño debe entender todo lo que le expliquemos la primera vez, a veces porque no puede y otras porque no lo desea. Cada niño, cada persona tiene su tiempo, su ritmo, sus propios deseos y espacios. Hay que saber respetarlos, tolerarlos si es que no van de acuerdo a los nuestros, acogerlos y no tratar de forzar las cosas, así no resulta nada de lo que pretendemos hacer. Hay tiempo para todo y un terapeuta infantil no puede ni debe dejarse presionar por los padres, por el colegio, por tantas cosas del mundo moderno donde el ser humano pierde importancia. Una de nuestras tareas es defender al niño de todas estas prisas en beneficio de lo que se dice que es su desarrollo. Si el niño necesita más tiempo, se le dará más tiempo, si es lento lo acompañaremos gustoso en esto, si es movido nos moveremos con él para darle luego el reposo y la tranquilidad.

Nada se logra siendo nosotros una réplica de los adultos que él ya tiene a su alrededor y conoce ya tanto.

Esto no significa que no hay que establecer una disciplina y unos límites, siempre son necesarios en todo vínculo. Son las fronteras por las cuales nos podemos mover sin hacernos daño ni hacer daño al otro. Los límites no son castigos ni gritos, deben ser enseñados como una protección, como un modo de saber cuáles son los bordes por los cuales nos podemos mover y hasta dónde nos debemos arriesgar.

Es necesario que la primera entrevista con el niño, como todas las sesiones siguientes a lo largo de la terapia, sean sesiones diversas y variadas, con técnicas o juegos a base de "conversaciones" pero nunca olvidar que el niño está ahí no tanto para invadirlo con cosas externas sino para que nosotros nos arriesguemos a conocerlo y a que nos conozca, a

Esta soy yo cuando me
enFERMO.



las cosas que me ponen
enFERMA son:

- cuando me pinchan
- cuando goro
- cuando me pinchan en el cole
- cuando me me liacuan
- cuando me da marja
- cuando me duele la calulga

plantearle diferentes objetivos y cambios de modos de actuar o de pensar por ejemplo. Las sesiones serán las etapas diferentes del camino que empieza dentro del proceso de su vida en crecimiento.

5

TÉCNICAS PSICOTERAPÉUTICAS APLICADAS EN LA TERAPIA INFANTIL GESTÁLTICA

Todo acercamiento hacia el proceso de vinculación con el niño dentro de la sesión terapéutica podría ser catalogado de técnica, lo que sucede es que la técnica será aquel acto creativo, que repetido muchas más veces, da por origen una técnica determinada. Podríamos decir que el descubrimiento de nuevas técnicas está dentro de lo que llamamos serendipity, ya que son hechas de modo casual y muchas veces sin haberlas querido buscar o encontrar.

Es conveniente recordar que una técnica no debe ser una herramienta que nos sirva para escondernos detrás de ella, ni tampoco es un arma para introducirla en la sesión cuando no tenemos claro el objetivo de usarla y tan sólo nos sirve para evadir nuestra ignorancia o nuestra inseguridad. La técnica que sirve más al terapeuta que a ambos, terapeuta y paciente, es más una agresión al vínculo y a la relación entre ambos, que un medio para conseguir un mejor estado del niño.

El aprendizaje de las técnicas es tan sólo uno de los pasos importantes en el aprendizaje de la formación del psicoterapeuta.

Todas estas técnicas han sido desarrolladas a lo largo de los años de mi trabajo con los niños. No sé si son originales o no. No sé si en alguna parte del mundo haya también algunas personas que también han desarrollado cosas parecidas o iguales. La terapia con animales, por ejemplo, la hemos venido utilizando en Umayquipa de Lima hace ya casi quince años, con Quincy, idea que ahora está siendo bastante desarrollada con el apoyo de diferentes organismos. Lo importante de todo esto es que muchas de ellas las encontré por casualidad, "sin querer queriendo" como dice un cómico mexicano.

Una técnica es una herramienta que sirve al terapeuta como una herramienta más dentro del proceso de la terapia con el niño o los padres. Cada técnica debe ser aprendida con un entrenamiento especializado, de modo responsable y científico. A veces, el error del aprendizaje de las terapias humanistas, es que muchos creen que por aparecer como técnicas sencillas y cercanas, son utilizadas de mil maneras, sin su correspondiente seguimiento, ni una adecuada supervisión. Toda técnica por más fácil que en apariencia parezca, debe ser tomada como un agente movilizador y de cambio en el paciente, por lo tanto debemos ser responsables en el manejo de ellas y saber además cuál es el momento de su utilización donde más convenga al paciente y su desarrollo personal.

Una sesión no puede estar invadida de técnicas, es decir, el uso de la técnica por la técnica. Podemos utilizar un animal doméstico en la sesión o al Oso Perls, indistintamente, pero tal vez debemos dar prioridad con algunos niños, del uno sobre el otro, como para que puedan hacer las proyecciones necesarias. Si invadimos al paciente con técnicas, sin razón lo que haremos será confundirlo y acrecentar su caos. Es mejor aprender una por una y aplicarlas una por una, conforme se vayan entrenando, que el tiempo y la experiencia harán que se puedan manejar luego todas sin problemas.



El uso del cuaderno de terapia.

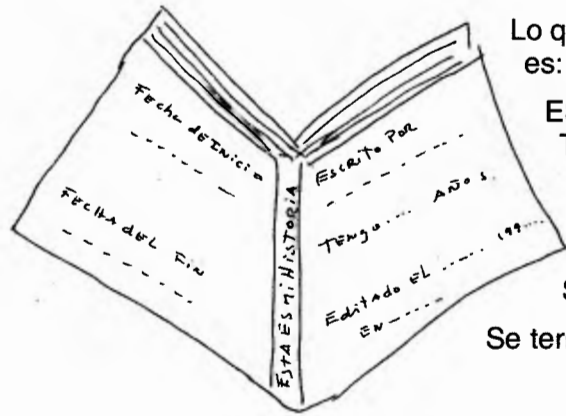
Dentro del encuadre que doy al niño al empezar las sesiones de la terapia está el uso del cuaderno. Le digo que vamos a hacer un libro juntos, él y yo, que será el libro de su terapia. Cada página tendrá una frase a manera de enunciado escrita por mí, donde se le pedirá que dibuje o escriba, y le pido que él las haga. Este libro será el que él se llevará al final de su terapia, yo tan sólo me quedaré con una fotocopia de él dentro de su carpeta. Este libro lo podrá ir viendo a lo largo de su terapia también, pero no se lo enseñaré a sus padres a no ser que él quiera. Cada sesión trabajaremos aproximadamente unos cinco folios.

Sé que a todo niño no le fascina hacer este cuaderno, pero de alguna manera casi le "obligo" puesto que sé que cuando él vea que su cuaderno se va haciendo gordo e inmenso, se irá sintiendo orgulloso de él, y que cuando termine su terapia tendrá un recuerdo tangible del niño que vino a la primera sesión al niño que se va. Esto les servirá también para que a lo largo de los años puedan recordar algunos temas que ahí se encuentran y además nos servirá a nosotros, para hablar de temas que se iniciaron y que tal vez no se han terminado de trabajar o se necesitan recordar para asociar con cosas del presente.

El libro lo formo de la siguiente manera: folios din a-4, y una especie de lomo de plástico que venden en las librerías para ir agregando las páginas conforme las vayamos haciendo. Es mejor esto que los anillados, pues el niño va viendo casi desde el principio que sus folios van teniendo aspecto de libro.

En la primera página pongo el siguiente diseño, diríamos que es la carátula, se la hago con rotulador de algún color bonito que el niño ha escogido y en un tamaño que ocupe todo el folio.





Lo que dice la Carátula es:

ESTE LIBRO TRATA DE MI:

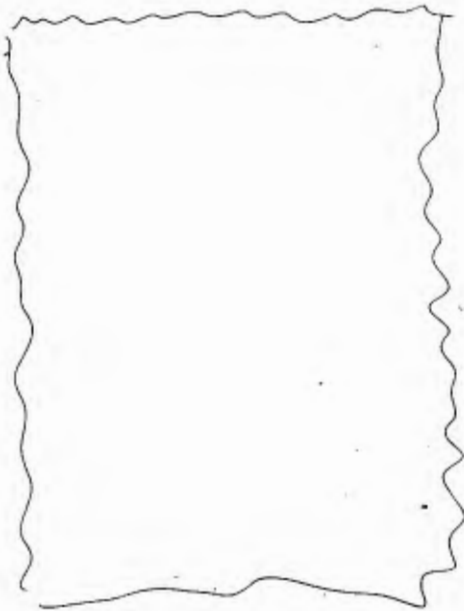
Por:

Hecho en:

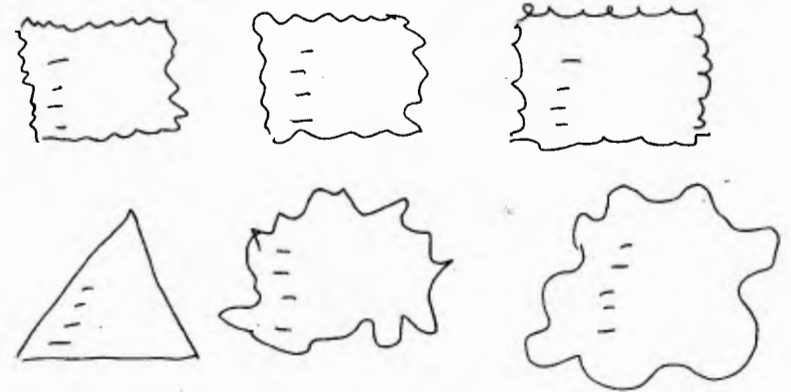
Se empezó:

Se terminó:

En general, todas las páginas tienen el mismo formato, variando las líneas que bordean la página, todas tienen más o menos la forma del folio en tamaño un poco más pequeño, así:



Los bordes como he dicho los varío de forma y de color, para hacerlo más ameno a la vista, lo hago con diversas formas de líneas, curvas, zig zag, ondulada, quebrada etc. por ejemplo:



Los únicos folios que varían de línea son aquellos que se refieren a la cara, aquellos que empiezan con la frase "Cuando estoy alegre mi cara es así..." Estos ocho folios sí llevan una línea que aparenta el contorno de una cara:

Cuando estoy alegre mi cara es así:



las cosas que me ponen alegre son:



Lo importante es poner en cada sesión algunas páginas con enunciados que yo llamo con "significado" y otras sin significado aparente, para que al niño no se le hagan muy pesadas o de temas sólo serios.

Doy aquí alguna de las frases que generalmente pongo y que pueden ser comunes a todos los niños y que puedan ser útiles para el terapeuta, sea cual sea el problema que trabaje con el niño. Los enunciados que les sigue un (-) son aquellos donde el niño tiene que escribir. Generalmente le pongo unos cinco guiones, para que el niño se esfuerce en pensar. No siempre rellena los cinco pero al menos intenta hacer tres o cuatro, si le escribimos tres pondrá sólo dos, lo más probable.

Algunos enunciados del cuaderno de terapia.

- Voy a dibujarme cuando era pequeño.
- Cuando yo era pequeño era. (-)
- Voy a dibujarme cómo quiero ser de mayor.
- A mí me gustaría ser mayor porque. (-)
- Esta es mi cara cuando estoy alegre.
- Las cosas que me ponen alegre son. (-)
- Esta es mi cara cuando estoy triste.
- Las cosas que me ponen triste son. (-)
- Esta es mi cara cuando estoy molesto o cabreado.
- Las cosas que me cabrean son. (-)
- Esta es mi cara cuando tengo miedo.
- Las cosas que me dan miedo son. (-)
- Este soy yo cuando me gusta llamar la atención.
- Mi modo de llamar la atención es. (-)
- La comida que más me gusta es. (-)
- Si yo fuera el Rey (Reina o Princesa) sería así.
- Si yo fuera el Rey (Reina o Princesa) haría. (-)
- Si mi padre fuese un animal sería así.
- Si mi madre fuese un animal sería así.
- Si yo fuese un animal sería así.
- Si (el nombre del terapeuta) fuese un animal sería así.
- Si mi hermano/a fuese un animal sería así.
- Voy a dibujar mi habitación.

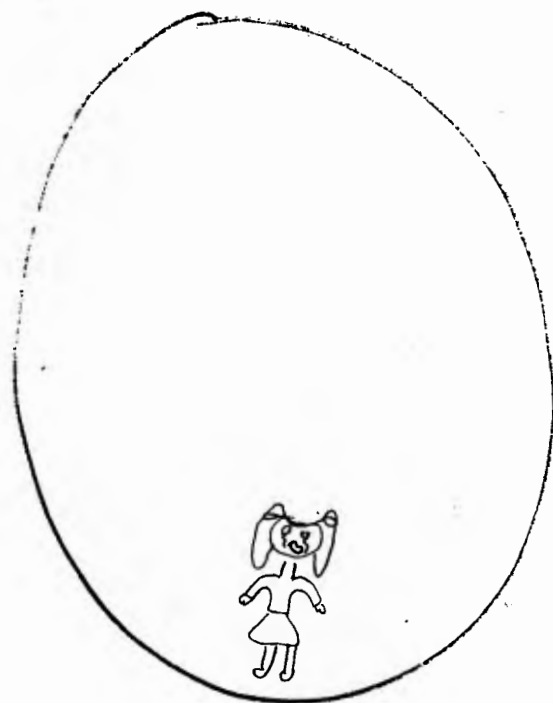


- Este es mi colegio.
- Voy a dibujar a mis mejores amigos.
- Son mis mejores amigos porque. (-)
- Este soy yo en mis sesiones.
- Lo que me gusta de mis sesiones es. (-)
- Lo que no me gusta de mis sesiones es. (-)
- Voy a dibujar uno de mis sueños.
- Los sueños que más me gustan son. (-)
- Los sueños que menos me gustan son. (-)
- Lo que guardo en mis bolsillos es (para el niño). (-)
- Lo que guardo en mi cartera es(para las niñas). (-)
- Mis juguetes favoritos son.(-)
- Voy a dibujar la Navidad.
- Lo que más cabrea a mi madre es. (-)
- Voy a dibujarla enfadada.
- Lo que más cabrea a mi padre es. (-)
- Voy a dibujarlo enfadado.
- Estos son mis abuelos.
- Esta es mi habitación.
- Este soy yo cuando me siento solo.
- Yo me siento solo cuando.
- Voy a mi dibujar a mi profesora.
- (para terminar la terapia):
- Si yo fuese Segismundo (el nombre del muñeco que tengan) ...
- Si yo fuese Segismundo esperaría que.....
- Voy a dibujar la despedida.
- Voy a dibujar lo que quisiera dejarle a Loretta como recuerdo.
- Esto es lo que Loretta quiere que me lleve de mis sesiones (aquí nosotros hacemos un dibujo con cosas que creemos importantes que él recuerde y se lleve.) Será la última página antes de la página Fin. La página que él nos haga como recuerdo es la que nosotros nos quedaremos con ella dentro de su carpeta con la fotocopia del libro.

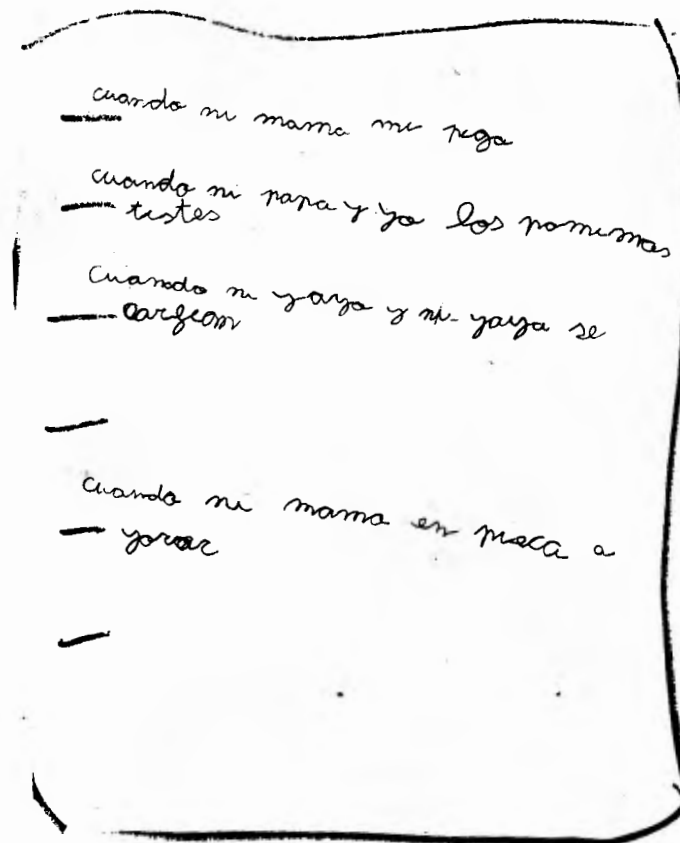
Es necesario recordar que además de estas sugerencias de enunciados pueden ponerse otros enunciados de acuerdo a



Esta soy yo cuando
Estoy Triste:



LAS COSAS que me
donen TRISTE SON:



cada niño, a su problemática y a su propio proceso, por ejemplo algunas sugerencias para temas “especiales”.

Adopción

- Voy a dibujar cómo me imagino que era mi otra madre.
- Voy a dibujar cómo me imagino que era mi otro padre.
- Voy a dibujar el momento en que me fueron a buscar mis padres actuales.
- Voy a dibujar cómo me imagino mi otra familia.
- Voy a dibujarme en el momento que me dan mi nuevo apellido.
- Voy al dibujar el momento en que me dicen que soy adoptado.
- Lo que sentí cuando me lo dijeron es. (-)

Separación o divorcio

- Voy a dibujar cuando me dijeron que mis padres se separaban.
- Lo que sentí en ese momento fue. (-)
- Si yo pudiera convencer a mis padres de. (-)
- A veces cuando me despierto en la noche y mi padre/madre no está siento. (-)
- A veces cuando él/ella no llama durante un largo tiempo lo que siento es. (-)
- Las vacaciones con mi madre son. (-)
- Las vacaciones con mi padre son. (-)
- Cada vez que dejo a mi madre/padre para ir con mi padre/madre lo que siento es. (-)

Somatizaciones o enfermedades

- Voy a dibujarme cuando me pongo enfermo.
- Lo que yo siento cuando me enfermo es. (-)
- Voy a dibujar mi dolor de cabeza/de estómago, de pecho, de anginas etc.
- Cuando me duele el..... yo quisiera. (-)
- Cuando me orino en la cama lo que siento es. (-)



- Este soy yo cuando me orino en la cama.
- Si yo no me orinara más en la cama. (-)

No es necesario poner todos los enunciados que sugiero. Vuelvo a recordar que cada terapeuta sabe qué niño puede contestar a algunos enunciados, cuáles le son convenientes o beneficiosos y cuáles no, o cuáles son improcedentes en su caso. remito al sentido común y a lo que empáticamente siente cada terapeuta que su paciente puede dar.

¿Y qué sucede si el niño no quiere hacer el cuaderno?

Contamos en general, con la manera de vivir del niño, él está acostumbrado a seguir las propuestas del adulto, pues es lo que hace en su casa, en el colegio etc. En este caso, nos aprovecharemos momentáneamente de esto ya que sabemos que poco a poco al niño le irá gustando ver su libro. Puede darse que conforme se avance en la terapia ya no sea necesario hacerlo en todas las sesiones y muchas veces es el mismo niño el que pide hacer más folios. Si de todos modos un niño se niega a hacerlo, habremos de tratar de convencerle o seducirle, por supuesto o disminuir su número de páginas por sesión. Si el niño aún se resiste es más conveniente tratar de averiguar qué es lo que sucede o qué hay debajo de todo esto a seguir insistiendo sin investigar.

Si el niño es pequeño, es decir de 4 años o 5, y no sabe escribir aún, él nos lo puede contar y nosotros lo escribiremos. Si el niño está aprendiendo a escribir, es una buena excusa para que ensaye además su escritura, aunque lo haga despacio y se equivoque mucho. Con los niños pequeños si van muy lento sólo les hago unas tres páginas por sesión.

Si el niño tiene una dislexia, leve o fuerte, no se lo escribo yo, hago que él lo intente y luego cuando me lo lee o lo leo yo pongo en lápiz lo que no entiende al lado de su frase.

Es importante comprender que el uso del cuaderno no basta tan sólo con una evacuación o vaceamiento de frases y dibujos sobre los enunciados que prestamos, sino que cada página debe ser conversada y trabajada, para que puedan



completarse situaciones que están confusas o incompletas. El uso del cuaderno sin poder intercambiar ideas y sensaciones acerca de lo escrito o dibujado no sirve para nada o muy poco. Es con las palabras escritas, con los dibujos y con lo verbal que llegaremos a clarificar un poco más nuestras sensaciones e ideas acerca de nuestro pacientito. Y para él mismo hablar acerca de lo dibujado, de lo que ve en el folio es un modo de ordenar lo que muestra al otro, de entender qué ha querido enseñar y de aprender a descifrar un poco lo que significan sus dibujos y sus palabras. Es un modo de empezar a darse cuenta del proceso de desarrollarse como persona y del crecer desde dentro.

¿Qué sucede con el niño que interrumpe su terapia?

Generalmente conservo yo el cuaderno, sobretodo si la terapia ha sido interrumpida casi sin aviso. No ha dado tiempo ni siquiera a trabajar la despedida y el cierre. Otras veces, cuando sí ha habido algunas sesiones para este acabar, hemos hecho algunos folios sobre este asunto y si acabamos el cuaderno donde nos hayamos quedado, poniendo tal vez en lugar de Fin, un Continuará....

¿Puede el niño llamarte?

En la última página, en la que me toca a mí dibujar con cosas para que él se lleve de las sesiones siempre dibujo mi número de teléfono del despacho y la dirección para que la tengan ellos y no sólo los padres.

¿Qué sucede si el niño no quiere llevarse el cuaderno?

No pasa nada. Él es libre de decidir sobre todo al final de su terapia qué hacer con sus cosas. Le explico que no se preocupe que yo se lo guardaré y cuando él quiera verlo en algún momento o lo necesite, puede llamarme y pedirme verlo o llevárselo. Lo que sí le pregunto son los motivos por los cuales no quiere llevárselo y lo hablamos e intercambiamos opiniones respecto a eso.



¿Qué se siente al entregar un cuaderno de terapia al niño?

Hasta ahora no creo haber sentido cosas parecidas. Supongo que depende del niño, otras veces del cuaderno trabajado, otras del vínculo establecido, de la problemática trabajada, etc. Mis sensaciones: bienestar, disfrute, tristeza, alivio, nostalgia, apertura, afirmación, empatía, "misión cumplida", alegría, despedida, adiós, etc.

¿Puede el niño traer cosas para pegar en su cuaderno?

Por supuesto, puede traer lo que él desea, fotos, cromos, recortes, papel de colores, dibujos, etc. Este sería un niño creativo, muy metido en su trabajo en sesiones y que coopera con el hacer nuestro con su propio crecimiento de modo activo y original.

El Uso de La Silla Vacía o del Oso Perls dentro de la Sesión Gestáltica Infantil.

El uso de un muñeco dentro de la sesión con los niños fue un caso de pseudoserendipity. Todo sucedió después que acabé mis diversos entrenamientos en Terapia Gestáltica tanto en Lima como en Estados Unidos. Como sabemos, la formación en terapias humanistas es sobre tratamiento de adultos, pero no existe casi nada en lo que se refiere a niños y por más que indagué no conseguí tan siquiera una mínima bibliografía. Como yo también trataba adultos me formé igual y al terminar mi entrenamiento me dispuse a aplicarlo muy contenta y entusiasmada tanto en adultos como en niños.

Por supuesto que en adultos no hubo ningún problema con todo lo aprendido y pude aplicarlo sin ningún contratiempo ya que los pacientes sentían casi de inmediato mucha comodidad con las técnicas y al mismo tiempo se sentían mejor con el modo de trabajar sus cosas.

Pero no sucedió lo mismo con los niños...



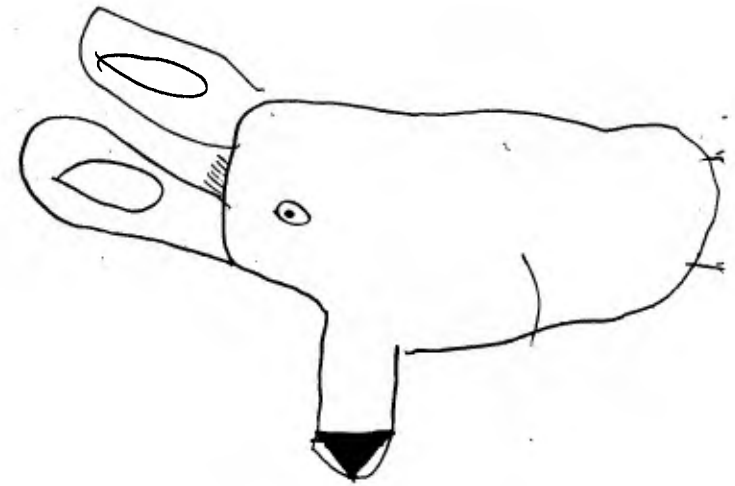
Todos sabemos la técnica de la silla vacía o silla caliente que utiliza la terapia gestalt. Consiste en sentar al paciente en una silla o cojín y delante de él poner una silla o almohadón vacío, y desde ahí empezar un diálogo con este sitio vacío, haciéndole preguntas, conversando con él, etc. Luego se ha de cambiar el sitio y ocupar el sitio vacío y tratar de contestarle desde el personaje que sentamos en el sitio vacío, y así se va haciendo un diálogo entre nuestro paciente y la persona o aspecto, etc. que ha colocado en el sitio de la silla caliente o vacía. Dentro de los esquemas de una persona adulta, aunque al principio de sienta ridícula, puede entender que es una técnica útil para ver diferentes aspectos internos de ella puestas en el exterior y más tarde o más temprano se sentirá bien haciendo esta técnica.

¿Sucedé igual en los niños?

Cuál no sería mi sorpresa cuando empecé toda entusiasmada a plantear hacer la silla vacía nunca he visto tales caras de asombro en mi vida como las que ví en los niños. Pero esto todavía sería soportable si además de la cara de asombro no viese en sus ojos el pensamiento de "Loretta está loca o ¿qué le pasa?". Aunque utilicé todas mis artes de seducción, de razonamiento, de convencimiento y uno que otro aceptaron a hacerlo, lo hacían de modo tan frío y antinatural que desistí. Además, en los momentos que les decía si tenían mucha rabia podrían pelear con el almohadón o pegarle puñetazos o abrazarlo me decían: "para eso tengo a mi hermano".

Ante tal contundencia de respuestas me dí cuenta de que la técnica de la silla vacía no cuajaba para nada con ellos, pero al mismo tiempo sabía que el planteamiento del almohadón era bueno y que muchas veces los niños venían molestos o tristes y que esa técnica les aliviaría mucho.

En ese tiempo en Lima tenía en mi consultorio una tortuga de tela muy grande: la Tortuga Carmen, donde los niños se sentaban para estar en el suelo. Fui observando que a ella sí la pateaban o la abrazaban por el cuello, jugaban con ella, etc.



segundo



Entonces se nos ocurrió hacer un oso grande de tela, un oso rojo con una cinta al cuello, y lo bautizamos como el Oso Perls y ¡Oh! encontramos la solución. Los niños sí podían pelear con el Oso Perls o hablarle, abrazarle, acunarlo, matarlo, herirlo, disfrazarlo, etc.

Hoy el Oso Perls tiene ya unos 16 años y han pasado muchos niños por sus sesiones.

Luego fui cambiando la idea del muñeco y se me ocurrió que no fuese un Oso ni ningún animal definido como un modo de facilitar aún más las proyecciones del niño. Hoy el muñeco es de tamaño más o menos hasta el pecho de un adulto de estatura media, tiene orejas grandes, nariz puntiaguda (para que sea fácil cogerlo de ahí también) brazos y piernas largas. Es de peluche o de paño y mi muñeco en Madrid se llama Segismundo. Inicié la costumbre de llamarlo con el nombre de algún terapeuta o psicólogo o personaje especial que haya contribuido con la psicoterapia. Si el terapeuta es hombre entonces el muñeco debe llevar nombre de mujer y en lugar de corbata llevar un pañuelo al cuello, para que los que quieran trabajar las agresiones puedan ahorcarlo o estrujarlo etc, por el cuello.

Hoy existen en España: Frommy, Bernie, Fritz, Melania, Ziggy, Octavio, Guido, Bruno, Winni, Ani, Fausti Abraham, Rogelio, etc. Una gran generación de muñecos debidamente registrados con su partida de nacimiento.

¿Cómo se utiliza el muñeco?

El muñeco tiene su silla dentro de la sesión, siempre está en un mismo sitio y es "su sitio". El niño sabe que puede jugar con él, y para esto lo saca de la silla y lo utiliza como puede, lo disfraza, baila con él, duerme en el suelo, lo pisa o lo estrangula. Muchas veces, cuando el niño me comenta algo de Segismundo, por ejemplo, "está muy triste" o "no me cae bien", hago que me digan el por qué creen que está triste por ejemplo. Generalmente yo contesto por Segismundo, hago una voz diferente a la mía e intento no mover mucho los labios. Esto resulta muy simpático para los niños mayores de



8-10 años y muy tierno para los niños pequeños (3-4 años) ya que ellos parece ser que sí creen que él les está hablando. La manera de utilizar mi voz en el muñeco parte de la misma idea de cuando el terapeuta usa el sitio de la silla vacía y le pone voz al personaje que el paciente ha sentado en ese sitio. Una vez para pedirle cosas, otras contestándole preguntas, otras provocándole (tú no sabes nada, tú no me quieres, tú ni me saludas).

Con los niños muy pequeños, por ejemplo de 3 años a 4, cuando recién los conozco al primero que introduzco es a Segismundo y se lo presto, eso les hace sentirse más seguros ya que el muñeco es grande para ellos y lo abrazan y lo llevan a todas partes. Si es una evaluación, lo siento a mi lado y es Segismundo el que le va haciendo las preguntas o diciendo las consignas, a estos niños les es más fácil hacerlo de este modo y rinden mejor en la evaluación.

Otros niños que se relacionan muy bien con Segismundo son los niños psicóticos. Estos niños, por sus propias características de personalidad, tienden o se les dificulta la relación con las personas; su mirada es esquiva, a veces no contestan cuando se les habla, huyen del contacto, etc. Pues lo que hemos comprobado con estos niños es que el uso de Segismundo ha sido de mucha utilidad. Por ejemplo, les es más fácil hablarle al muñeco que a nosotros, lo hacen con mayor libertad y espontaneidad. Así mismo, tocan con mayor confianza a Segismundo y se dejan acariciar por él de modo más natural.

He tenido sesiones completas entre Segismundo y estos niños psicóticos, inclusive niños mayores ya púberes y casi adolescentes, donde han podido expresar su curiosidad con preguntas, con consejos al muñeco, con peticiones y demandas. Voy a transcribir unos minutos de sesión con un niño psicótico adolescente y Segismundo, las letras en negro son mis intervenciones y las claras las del niño que lo llamaremos Gabriel:

- Hola Gabriel, ¿cómo estás?

- Mmmm.



- (Voz de Segismundo) Hola Gabriel, ¿no me saludas?
- Hola Segismundo.
- ¿Has tenido buen viaje?
- Igual que siempre, normal.
- **Gabriel, Segismundo tiene un problema y no tiene quién lo entienda, ¿tú crees que puedes ser su psicólogo y tratar de ayudarlo?**
- Pues sí claro, ¿qué problema tienes Segismundo?
- **No me puedo acercar a la gente, no puedo tener amigos y no sé qué hacer, ¿tú eres buen psicólogo?**
- Pues sí. Cuéntame qué es lo que te pasa.
- **Pues que no puedo tener amigos, que soy muy malo, preocupo a mi familia, y no sé estar con nadie y quiero tener amigos, ¿qué puedo hacer?**
- Tienes que hacerlo poco a poco, un día escoges a alguien para que sea tu amigo, otro día mira bien para saber qué cosas le gustan, otro día tienes que invitarlo a ir a un cine o hablar con él, y así poco a poco tienes que olvidarte de ti y decirle sí a la vida.



Segismundo enfermo

- **Pero no puedo Dr. Gabriel, me es muy difícil hacerlo, oiga Dr. una pregunta, ¿por qué Vd. nunca me mira?** (Gabriel se sonríe e intenta mirar a Segismundo), mientras tanto agarro la mano de Segismundo y la voy acercando a las manos de Gabriel y éste se dispone a acariciarlo muy despacito.
- **Gracias Dr. por acariciarme no sabe cómo me gusta.** (Gabriel retira la mano rápidamente).
- **No por favor no, sígame haciendo cariño que me gusta.**
- Pues no, no te hago más, por malo y además ya no soy tu psicólogo.
- **¿Cómo dice? ¿Qué no es mi psicólogo? No puede ser, un psicólogo no abandona a su paciente.**
- Pues yo sí, yo ya no soy más tu psicólogo ya te lo he dicho.
- **No por favor no sea Vd así, ¿por qué lo hace?**
- Porque no te quieres curar, porque no ayudas en nada y no quiero pacientes así.
- **Pero se supone que Vd es mi psicólogo y me tiene que ayudar.**
- Pues no, ya no soy más tu psicólogo (se sonríe y empieza a pellizcarle las manos a Segismundo).
- **No por favor, me duele ¿por qué me pellizca?**
- Porque quiero y ahora te voy a pegar y te voy a matar. (Y coge a Segismundo y empieza a golpearlo y luego lo pisa y lo extiende encima de la mesa y dice: -¡Ya está muerto! He matado a Segismundo. (Y sonríe complacido). (Yo empiezo a llorar por la muerte de Segismundo No, Segismundo ha muerto, qué pena, con lo que yo le quería).
- Ya está vivo, mira, está vivo otra vez!

Este es un trozo de una sesión que espero que en algo les acerque a la idea del trabajo con el Oso Perls. Como verán se puede dar de muchos modos. En mis sesiones con Gabriel, como está tan encerrado en sí mismo y en su mundo lo que intento es que él tome la posición del psicó-

logo o terapeuta, para que se salga de su rol de paciente y ver qué ideas tiene él para curar a otro y por lo tanto a sí mismo. El ponerlo en posición activa de cura y no pasiva de recibir la cura es un paso más para que este proceso se acerque a él de un modo diferente a todos sus tratamientos hasta ahora, donde ha recibido de modo pasivo medicamentos y casi ninguna terapia.



Segismundo después de una pelea.



Si existiese sólo yo, sería muy difícil convencerle de que necesito un tratamiento porque me encuentro mal y que él podía ser mi terapeuta sobre todo al principio de la terapia



Segismundo muerto, el círculo es la herida en el corazón.



donde todavía no existe un buen vínculo y mucho menos desde su problemática de incapacidad de vínculos. Es por lo que el uso de Segismundo en la terapia es invalorable, primero porque Segismundo en realidad no es una persona sino un muñeco inanimado y él lo sabe, también sabe que es mi voz y no la del muñeco, pero juega a que él cree lo que le planteo ya que el objeto transicional en nuestro vínculo es el muñeco, es la excusa para relacionarnos sin la angustia que le plantearía el relacionarse directamente conmigo, y entrar en el juego que para él es bastante serio de poder expresar todos sus sentimientos casi al mismo tiempo, su necesidad de encontrar un amigo casi de modo desesperado, sus consejos para encontrarlos (consejos que se los dí en una anterior sesión y que al escucharle dárseles a Segismundo me hacen sentir que los ha escuchado y recibido). Su rechazo al paciente que no se quiere curar y no quiere ayudar (lo que me genera angustia por supuesto porque ya me está avisando en qué situación está respecto a su cura y al proceso de la terapia) su acariciar al muñeco de modo tan tímido como un modo de acercarse aunque sea a algo suave y mullido como las manos de Segismundo, (si intento tocarle yo, las retira rápidamente) y luego su permitirse pegarle, tirarlo y matarlo, por ser malo. Sensación que es una proyección suya y que le rescato posteriormente, que intento contener esa angustia de ser malo y de preocupar a su familia y de tranquilizarlo.

¿Qué historia es conveniente dar si nos preguntan cómo tenemos al muñeco?

Por ejemplo si son niños adoptados les digo que yo también adopté a Segismundo, no a todos los niños tenemos que darles la misma historia, sino que podemos contarles aquella que creamos que les pueda servir, por ejemplo que me dijeron que había un muñeco que necesitaba que lo cuidaran y así me lo dieron. O había un muñeco que se sentía solo, o abandonado, etc. Es importante que el niño ponga su propia historia, sus proyecciones o fantasías acerca de lo que él crea de cómo obtuvimos a Segismundo.



¿Permites que a Segismundo se le rompa o se le pinte encima, por ejemplo?

No, puede tener peleas y de casualidad romperlo pero no a propósito por simple placer. Si es que se rompe, entonces se queda así y espero si el propio niño hace un intento de querer reparar ese daño, pedir para coserlo o preguntar qué podemos hacer para curarlo. Cuando le quieren pintar algo o por ejemplo una vez que una niña, Susana, quiso ir a su entierro y verlo muerto con una herida en el corazón lo que hacemos es pintar en un papel la herida con rotuladores o ceras y luego se la pegamos con cinta adhesiva en el sitio donde el niño quiere que esté lo que le ha pintado. Luego cuando el niño se va sabe que Segismundo recibirá al otro niño sin esos trozos de heridas o de papel y que se guardarán en la carpeta del niño para que cada vez que quiera usarlos los pueda sacar de ahí y volver a usarlos en Segismundo o en otra parte.

¿Y si está muy roto lo cambias por otro?

No, nunca lo cambio por otro. Recuerden que el Oso Perls es como si fuese el muñeco como objeto transicional en la terapia, que su importancia no está en ser nuevo o bonito sino en todo aquello que es depositado por cada niño, sus vivencias, creencias, afectos y problemática y modos de relacionarse. Sé que los niños lo vivirían muy mal y yo también por supuesto. Nunca he intentado cambiarlo ni se me ha pasado por la cabeza tal idea. Sólo una vez que se me ocurrió prestarlo a la persona que los hace aquí en España pues se le había perdido el molde, y aproveché unas vacaciones de Navidad para hacerlo con el ruego de que me lo devolviera justo después de Reyes antes de que yo empezara a trabajar. Pues el chico desapareció y no tuve noticias de Segismundo hasta dos semanas después. Y durante esas dos semanas todos los niños, todos, me reclamaron que cómo podía ser una madre de ese tipo, que abandonaba a Segismundo en manos de un irresponsable, que si yo sabía exac-



tamente con quién estaba, que por qué no lo iba a recoger, que ¡claro!, yo me iba de viaje de vacaciones y no sabía nada de él. Una de las preguntas que siempre me hacen es, con quién se queda Segismundo cuando me voy de viaje por Navidad y verano a Lima. Todo esto por supuesto sirve para trabajar todas estas ideas respecto a sus propios procesos, a su relación conmigo si piensan que tampoco me intereso por ellos, que si los abandono cuando me voy de vacaciones (aunque ellos se van antes pero no importa, soy yo la que los abandona).

Has dicho que Segismundo se rompe ¿qué se hace ahí?

Nada, lo dejo como está y espero a ver qué niño se ofrece a coserlo o repararlo. Ellos son los que lo llevan a la sala de operaciones y lo reparan o lo curan. Si son pequeños los ayudo a ensartar la aguja y a pasarla pero los dejo a ellos y todas sus ideas son bien recibidas, que no es lo mismo que todas las ponga en práctica.

Si a Segismundo lo dejan por ejemplo muerto ¿lo dejas así para la próxima sesión?

Si la postura en que han dejado a Segismundo es muy fuerte, por ejemplo muerto o muy herido, lo acomodo nuevamente en su silla, pero si la postura es cómica o diferente de la que tiene siempre sentado en su silla, lo dejo así para ver qué hace el otro niño con las acciones y los juegos del niño anterior. Lo curioso es que muchos pacientes adultos también se encargan de cambiarle la postura, por ejemplo tengo una paciente que cuando estaba muy deprimida no aguantaba verla con la cabeza caída y no podía hacer su sesión tranquila hasta que le hubiese cambiado por una postura menos deprimida. Lo que sucedía es que no lo conseguía y al final terminaba peleándose con el muñeco. Otras veces en el despacho, los mismos compañeros me lo ponían en posturas bastante simpáticas y que me las encontraba de sorpresa.



Segismundo durmiendo la siesta "Como los Papás"

¿Has prestado alguna vez a Segismundo?

No, Segismundo no sale del despacho. Lo que sí hago es que alguna vez les he tomado algunas fotos con él y cuando ha finalizado la terapia les he ampliado la foto y se las he enmarcado de recuerdo. Los padres son los que más cambian el nombre de Segismundo, unos le llaman Rodolfo, una adolescente le llama Cuasimodo y me dice que un día vendrá a vivir con él (cada vez que se pelea con su madre dice que Cuasimodo lo entiende.)

¿Dónde se puede hacer el muñeco?

Les pido que por favor se comuniquen conmigo pues primero hay que recibir un entrenamiento ya que no es un simple títere sino un instrumento y técnica terapéutica, y además está registrado con derechos de autor. Tienen que ser todos iguales y escribir los nombres en el libro de nacimientos. Posiblemente es una manía mía, pero como pseudo madre del muñeco que soy, cuido de ellos.



El Uso de Quincy, Un Animal Doméstico Dentro de la Sesión Terapéutica.

Hoy, y desde hace algún tiempo, es más común escuchar este nuevo acercamiento de utilizar un animal doméstico con fines terapéuticos. Pero el uso de Quincy viene de mucho tiempo atrás, cuando aún no se hacía de manera tan pública estas investigaciones. He aquí la aportación de Umayquipa de Lima a esta nueva propuesta de relación y proceso de cura.

Quincy se introduce dentro de mi panorama profesional más o menos cuando yo tenía cinco años de terapeuta y psicóloga. No nos pidió consentimiento ni a Diana, ni a Verónica (mis dos socias y compañeras en Umayquipa Lima) ni a mí.

No me enteré que Freud atendía con sus perros debajo del diván hasta mucho tiempo después, varios años después para ser más exactos. Y siempre pensé, sobre todo los primeros años, que mi carrera profesional, y mi imagen etc. se iría al garete por tener un animal dentro de la sesión y que además:

- este animal era un perro.
- este perro pesaba 45 kilos.
- estos kilos le pertenecían a un doberman.
- y que no teníamos la más mínima autoridad para hacer respetar nuestras normas de trabajo.

Quincy hace del afecto un hábito. Creo que a lo largo de sus años, no sólo de terapeuta y parte de nuestro equipo, sino de amigo, ha enseñado lo que es la incondicionalidad del querer, el perdonar los abandonos a pesar de sus tristezas, el confiar en los niños, porque él tampoco nunca les hacía daño.

El uso de un animal doméstico en la terapia, y en nuestro caso de un perro y más concretamente de Quincy, está en el arte de amar simplemente y en mostrar ese amor más allá del ser humano, del aprendizaje civilizado.

Demuestra que un buen vínculo puede estar construido de dosis pequeña de cercanía, otras veces de profundas fusiones, otras, de una distancia adecuada, lo suficiente para sen-



Quincy con Álvaro y Juan Carlos en una sesión con títeres.

tir que echas de menos su presencia y que la relación sana entre seres vivientes puede ser enseñada, por ejemplo en este caso, por la relación que se da entre un niño y un perro.

Ambos acarician, ambos saben estar aunque no se les quiera y ambos saben refugiarse en lo primario del otro, ya sea en lo oscuro o en lo lúcido. Un doberman tiene la suficiente cantidad de locura y nervios, para hacer sentir que la enfermedad que se trae a la consulta no es ni tan inadecuada ni tan extraña, sino algo que se puede expresar de otra manera, y tal vez así ser más productiva.

Quincy nunca ha necesitado hablar para hacerse entender; por un lado, porque su discurso está a nivel de piel, de su olfato, de su percepción sin prejuicios ni estereotipos (¿cómo puede ser prejuicioso si es de raza negra?, comentamos). El uso de un animal doméstico en las sesiones de psicoterapia nos habla de una comunicación con los gestos, en la búsqueda de los límites, en la mirada, en la sonrisa o en los silencios.



La relación con un perro, por ejemplo, nos permite más cosas que lo que nos permitimos desde un encuadre terapéutico. Permite las resistencias, pues se alían a ellas y se disponen a prestarse como medio para ayudar al paciente a escapar un poco de su mundo interno, posiblemente confuso, al menos en el Aquí y Ahora.

Quincy ha servido para enseñar a los niños y a los adolescentes que el buen trato genera buenas respuestas, inclusive en animales que pasan por asesinos o locos como es la raza doberman. Nos ha permitido además enseñar que el amor no es abuso, ni que el ser bueno sea condicionante para que él permitiese atropellos en su persona.

Voy a escribir las colaboraciones que me han enviado mis dos compañeras de gabinete de Umayquipa de Lima sobre el trabajo con Quincy en todos estos años para compartirlo con Vds.:

"Quincy se integró a nuestro equipo de trabajo como uno más. Él sabe cómo entender a un paciente nuevo, tanto a uno antiguo como a un niño. También intuye cuándo no intervenir o mantenerse a distancia.

Representa la ternura, el contacto primario piel a piel (el primer contacto madre-niño) y la ambivalencia que este primer contacto puede contener. En este sentido refleja lo agradable, calmante y relajante que puede ser este contacto y a su vez los temores y tensiones que hay hacia él mismo.

En él condensan los sentimientos y fantasías positivas y negativas (¿será por eso que es negro, como los agujeros negros?) de acuerdo a la historia y al mundo interno de cada niño, de cada persona y de esta manera se van expresando los temores, las peticiones de ayuda, las agresiones, la búsqueda de cariño. Lo interesante, lo bonito es que dentro de la relación terapéutica nos permite la expresión de esto de modo natural e incluye dentro de la terapia un rasgo de espontaneidad ("en la relación con los otros seres humanos se está más defendido, con un animal no") y entonces permite a los otros tener las respuestas y asociaciones espontáneas sin control pensante.

Quincy permite reflejar ese espacio intermedio entre la acción y el pensamiento, entre el mundo externo y el mundo interno.



No es posible hablar de Quincy sin pensar en Winnicott, donde hay un algo externo que no está completamente separado de nuestro propio mundo interno, de nuestras fantasías, sentimientos e impulsos más primarios y en tanto esto se convierte en un objeto que nos da seguridad.

Por eso con los adultos, es fácil a través de Quincy, traer la comunicación infantil, aquello que quizás ya se siente olvidado pero que es reactualizado a través de la relación y el contacto, porque el tocar siempre es importante con Quincy y por lo tanto con cualquier animal.

La diferencia con un muñeco, es que Quincy tiene una parte activa dentro de la terapia; sabe mantenerse pasivo dentro del "setting terapéutico" pero a la vez responder activamente, lo cual es importante a la hora de trabajar no sólo con el mundo interno del paciente sino la relación, el cómo construimos ésta a partir de nuestro primer contacto piel a piel, y que traemos a nuestra terapia con Quincy.

Termino por donde comienzo. Quincy supo integrarse bien al equipo, moverse en sintonía con el resto de los integrantes del equipo."

Diana Baumann, Psicoterapeuta de Umayquipa Lima.



Diana y Quincy en una sesión con niños.



"Quincy hablando en términos winnicottianos sería el objeto transicional para que el paciente pueda crear un espacio; un espacio de curación.

La presencia de Quincy canaliza proyecciones y afectos. Los niños sienten su apoyo protector, que les tranquiliza.

Son grandes las dificultades de la comunicación humana, mayor en el diálogo terapéutico con otro ser humano; sin embargo, creo que Quincy aporta a ésta relación, el elemento lúdico en donde se juega sin la limitación de la palabra, la realidad interna. Es notorio como cada cual, al describir a Quincy proyecta sus propios contenidos y afectos.

Quincy, no importando su identidad canina, puede vincular a los seres humanos, salir al encuentro "comprendiendo" y "aceptando".

Cualquiera que haya participado en una terapia con Quincy habrá gozado de la experiencia de confianza de un coterapeuta, de otra especie sí, pero humanamente empático.

Eso de otra especie es importante, ya que muchos pacientes sienten ser de otra "especie" debido a sus conflictos y Quincy les ayuda a diferenciarse en un diálogo sin palabras.

Para mí, Quincy siendo un perro de raza brava (de ataque y defensa como es el doberman) o justamente por eso, comparado con su ternura y búsqueda de afecto creo que sintetiza y representa la dualidad del ser humano, sus dos mundos, sus dos instancias.

Creo que algunas veces canaliza las angustias del niño con sólo abrazarlo o despeja sus dudas que crean resistencias

Verónica Zevallos, Psicoterapeuta de Umayquipa Lima

Para dar un ejemplo más gráfico del trabajo con Quincy expondré cómo hicimos un trabajo con él y los niños que de algún modo fue su primer trabajo y el modo como se incluyó en nuestro equipo. Vuelvo a repetir; no podemos decir que lo entrenamos para estar dentro de las sesiones de terapia con los pacientes, fue más bien él quien nos entrenó a nosotros, tanto terapeutas como pacientes a su presencia dentro del encuadre terapéutico.



Su primera aparición se la debemos a los niños que en ese momento se atendían en nuestra consulta que al escuchar que lloraba en alguna parte pidieron permiso para ir a verlo.

Por aquella época Quincy tenía tan sólo siete semanas. Recientemente lo había comprado y él mismo aún no se había enterado que era todo un doberman, y cuando llevé a los niños donde estaba él y vió a los niños que venían en forma de avalancha, decidió muy rápidamente, huir y esconderse debajo de un mueble. No hubo modo de que lográsemos que saliese de ahí, ni con ruegos ni con espera, ni con engaños. Nada resultó.

Esto se convirtió en una costumbre y los niños luego de terminada su sesión, por turnos, iban a verlo escondido debajo del mueble, le hablaban, le llamaban, pero obtenían el efecto contrario, ya que Quincy apenas oía sus pasos, volvía a meterse dentro de su cueva.

Dentro de nuestro encuadre gestáltico está el reunirnos con todos los niños que son atendidos por el equipo, una vez al mes una hora, con las tres terapeutas que somos: Diana, Verónica y yo y en una de estas sesiones Gino, un niño de doce años comentó que había que hacer algo o idear algún truco para hacer salir a Quincy, así que el grupo deliberó mucho tiempo qué hacer con esta situación. En este grupo habían unos dos o tres niños con problemas de relación tanto por inhibición como por ser niños que andaban siempre chinchando a otros. Fue a éstos a los que les preguntamos:

"Si tú fueras Quincy ¿qué crees que te haría salir de debajo del mueble?"

Cada uno fue dando su idea, "no hacerle caso" "pegarle" "tener más paciencia" "traerle otro perro"... y uno de ellos, Jorgito, el más tímido, dijo que si él fuera Quincy lo que no quisiera para nada, era ver las caras, porque eso era lo que le daba miedo. Entonces entre todos, decidieron que pedirían a sus padres que les vinieran a recoger quince minutos más tarde y que por turnos irían llevándole cada uno, los juguetes de las sesiones.





Quincy y un niño jugando a estar quietos "como heridos".

Así que empezó la elección de cada niño del material de sesión que llevaría y se inició el gran desfile, por turnos, como habíamos quedado, hacia la cueva de Quincy.

Llevaron por ejemplo, los títeres, y desde detrás del marco de la puerta se escondían, haciendo que sólo se asomara a la habitación el títere o los títeres que en aquellos momentos eran seleccionados, y utilizando diferentes voces lo llamaban.

- **Hola Quincy, soy la princesa, ¿quieres acompañarme al palacio?**
- **Quincy, yo soy un soldado y ¡necesito tu ayuda para la guerra!**
- **Por favor sálvame, me siento muy solo, y me he perdido...**
- **Quincy ¿podemos ir a tu cueva?.**

Y también decidieron llevar los peluches...

- **¡Quincy mira, una tortuga, es un animal como tú!**
- **Quincy, un perrito pequeñito, ¡igual que tú!**

Y llevaron al Oso Perls, un muñeco grande con el que juegan en la sesión, y lo dejaban echado en el suelo, junto a la cama, y le decían:



- **Ven Quincy si tienes miedo yo te puedo cargar para que te sientas más alto.**

Quincy cada vez más sorprendido, ya que no esperaba ni estas voces ni estas figuras, fue asomándose de a poco, aunque si algún niño intentaba acercarse demasiado rápido, huía nuevamente despavorido.

Así que decidí un día introducir en la sesión de Jorgito, que como ya lo mencioné anteriormente era uno de los niños más retraídos, trabajar la timidez de Quincy.

Jorgito tenía ya cinco años y medio y habían intentado desde hace dos llevarlo al parvulario, pero él se había negado. Lo matriculaban y luego empezaba a llorar cuando su madre lo dejaba, gritaba hasta que la llamaban para que lo recogiera. Esto sucedía desde los tres años y medio, así que decidieron retirarlo del colegio, por el momento, hasta cumplir los cuatro. Cuando los cumple sucede exactamente lo mismo. No se acostumbra a quedarse en el colegio, llora, cada vez que su madre lo levanta para cambiarlo, se queja de dolores de estómago, vomita, y muchas veces tiene hasta fiebre.

La madre refiere que en las fiestas de cumpleaños de otros niños tiene que quedarse ella para que él no se sienta mal, si no, no quiere ir, y aunque juega con los otros niños no es igual que los otros, no corre con ellos ni se le ve muy divertido y cuando es la hora de irse se le ve la cara de aliviado.

Ha cumplido ya los cinco años y por consejo del colegio se decide hacerle una psicoterapia. Inclusive en el propio consultorio a pesar que los otros niños se le acercan de modo cálido él los rechaza y no habla con ellos.

Las primeras veces no quiere separarse de la madre y cuando llega el momento en que ella se tiene que ir, se aferra a ella, grita que no se vaya, se percibe angustia en la voz, más que una rabieta, pero no podemos hacer que nos diga a qué tiene miedo. Cuando la madre cierra la puerta empiezan las arcadas, lo llevamos al lavabo, y prosigue con las arcadas pero no vomita. Poco a poco lo hemos ido calmando, ya que esto sucede durante varias sesiones. Antes de decidir que ocuparí-



amos veinte minutos de su sesión con la timidez de Quincy, siempre preguntaba si ya era hora de que viniera su madre.

Por esta razón escojo los últimos veinte minutos de la sesión para hacerle la terapia a Quincy con él como ayudante, y ver si logro que deje de estar tan pendiente de la llegada de su mamá.

Así que en cada sesión, como repito, los últimos veinte minutos los utilizábamos en ir a ver a Quincy a su escondite. Él, como los otros niños, seleccionaba antes lo que creía que podía, poco a poco, convencerlo para salir.

- No le engañes con comida -me dijo- porque sino ya no confiará más en tí.

- ¿Por qué?

- Porque como es pequeño, claro que siempre le gustarán las galletas por ejemplo, y saldrá por las galletas, no porque quiera vernos a nosotros, y luego cuando se acerque a comerlas y queramos cogerlo, entenderá que es una trampa y nunca más nos creerá. Nos ladraría: ¡TRAMOSOS!

- Tampoco le digas que le vas a dar algo que le gusta, pues es mentira, nosotros aún no le gustamos, nos tiene miedo.

- Y tú, ¿le tienes miedo?

- No, porque casi ni lo veo y creo que él está más asustado que yo.

- ¿Por qué crees que un perro-niño tan pequeño puede asustarse tanto de la gente?

- Es que él todavía no quiere estar con toda esta gente, sólo te quiere a ti que eres su mamá postiza, si ya no puede ver a su otra mamá, a Canela, pues lo único que querrá es estar contigo.

- Y tú crees que es lo mismo que te puede pasar a ti cuando vas al Colegio? ¿Que no quieres a las otras personas sino sólo estar con tu mamá?

- Sí.

- Pero tú no tenías otra mamá, como él, y tienes más años que él ¿te imaginas a Quincy con cinco años, todo un perrazo, aún escondido debajo del mueble?



Verónica y Diana con Quincy escuchando instrucciones en la sesión de Jimenita.

Jorgito se ríe y me mira.

- Es que ¿sabes? yo como mamá de él no sé qué hacer puesto que quiero que tenga amigos, que los vea a uds. y no se asuste, que pueda jugar en el jardín con los otros niños y sea feliz y que entienda que el salir de debajo del mueble para estar con las personas no es nada malo, sino por el contrario, le pueden hacer todos muy feliz.

Jorgito me escucha con mucha atención y gravedad. En verdad, he exagerado en mi cara la preocupación por Quincy.

- No te preocupes Loretta, ya verás que lo lograremos, es cuestión de un poquito de paciencia y tratar de convencerlo que estar fuera es mejor que estar metido ahí dentro.

Y así fuimos trabajando no sólo la timidez de Quincy por supuesto sino la problemática de Jorgito. Se fue olvidando de preguntar la hora para ver si ya llegaba su madre y le sorprendía cuando venían a recogerlo y ¡hasta se molestaba porque siempre tenían que ser tan puntuales en la recogida y no hacían como con los otros niños, los quince minutos más para la terapia de Quincy!



La madre en la entrevista mensual me refirió que Jorgito se levantaba pensando cuándo era su día de sesión y de propia voluntad había pedido empezar a ir al colegio.

- Para ser terapeuta de Quincy no puedo yo estar igual que él, tengo que enseñarle que salir no es tan malo.

Sugerí a Jorgito que por qué no le contaba a Quincy lo que él había sentido todo ese día, desde que le vestían para ir al colegio, el momento de llegar a clase, la separación con la madre, el transcurso de las horas, el recreo, la recogida para llevarlo a casa.

Y así se fueron sucediendo algunas sesiones. Llegaba el niño, y después de escoger el material que le llevaría a Quincy, entrábamos a la habitación, se sentaba a una distancia prudente y le dibujaba por ejemplo su colegio; otras, le llevaba los títeres y le decía que eran amigos.

Por supuesto que Quincy, niño en el fondo también él, no necesitó de mucho tiempo para "curarse". Bastaron tres semanas de terapia intensiva profunda con todos estos niños colaboradores, y de 9 sesiones con Jorgito para que cuando el niño llegaba y empezaba a hablarle, él ya se asomase por debajo del mueble, hasta que un día se acercó al niño muy despacito. La escena fue muy tierna ya que él con la mano me hizo una señal como de "calma, no te muevas ni hagas ruido". Y Quincy ¡al fin! se dejó cargar.

Y fue Jorgito el que salió triunfal con Quincy en brazos para enseñar al resto de niños que ya era uno más del equipo.

Espero que este ejemplo de trabajo con Quincy les pueda servir para tener una idea de cómo trabajamos con un perro dentro de la sesión terapéutica. Por esta razón decimos que el uso de Quincy fue un real caso de Serendipity, ya que cuando lo compré en ningún momento nos planteamos su uso terapéutico y ha sido a lo largo de los años cuando nos hemos ido dando cuenta de su gran valor.

A continuación transcribiré algunas de las cartas que pacientes suyos nos escribieron al pedirles que nos contaran lo que había significado para ellos el estar en una terapia con



un perro. Nos escribieron niños que en ese momento tenían sus sesiones con él, padres, niños que ahora ya son jóvenes y otros adultos casados y con hijos. Fue en este constante recibir la gran cantidad de cartas que nos fuimos encontrando con una serie de factores que nunca habíamos sido conscientes de haber manejado ni de habernos dado cuenta, pero que habían existido del modo más natural y sencillo. Todo esto se dió durante los doce años y medio con Quincy, luego al dar mis seminarios de formación para terapeutas gestálticos infantiles he ido formando a otros terapeutas en el uso de un animal dentro de la terapia, también con gran éxito tanto en Lima como en España.



Quincy recibiendo "mimos" de todos nosotros.



Quincy era para mí como un hermano y yo le tenía mucho respeto y cariño a él. Porque cuando me quedaba solo se encerraba conmigo en la sala y me protegía y entonces yo ya no tenía miedo.

(Erik, cuando era pequeño)



Diana con Álvaro, Quincy y Juan Carlos conversando acerca de...

Recuerdo que terapias con Quincy eran muy bonitas y diferentes. Era como ir a tomar el té o la merienda donde una amiga y simplemente conversar como dos amigas y no como paciente y terapeuta. Es ahí donde veo la presencia de Quincy como algo relajante y que hace ver al terapeuta como amigo, y bajar las defensas. La sesión se hace como más familiar-hogareña-amigable.

La sensación de acariciarlo cuando está cerca de mí es como una demostración de afecto a un ser que sé que lo va a apreciar de todas maneras, y por lo tanto, no existe el miedo al rechazo, ni físico ni sentimental. La relación de los animales es muy linda, ellos también nos dan calor, cariño, compañía.

Aparte que Quincy es un caso muy especial, es un animal tan inteligente y sensitivo y tan dulce que es imposible no quererlo y no encariñarse con él.

(María Gracia, paciente adolescente)

Quincy disipaba mi terror a la vulnerabilidad. Quincy me mostró modos de ser fuerte, dentro del dolor y la confusión de crecer.

Quincy me hizo creer en lugares comunes, pero poco frecuentes en ciertas extensiones de mi mundo emocional y afectivo. Quincy era y sigue siendo fortaleza, incondicionalidad, lealtad, nobleza, apoyo y dulzura.

En mi relación con Quincy había una seguridad que emerge de esa especie de anonimato que uno guarda con los animales. Sí, Quincy podía verme llorar y compartir mis miedos y penas y podía jugar y reír conmigo, pero para Quincy, yo era yo. Mi "equipaje" de parentescos, amistades, mi nombre, etc eran irrelevantes. El simple hecho de que Quincy no pueda pronunciar mi nombre a extraños y conocidos me da una gran seguridad.

La infidencia deliberada o accidental me causa mucha ansiedad, casi diría que me angustia.

Para mí suele ser más fácil partir que llegar. Quincy llegó a convencerme de que llegar era bastante más interesante. Es difícil explicarlo, pero Quincy tiene una manera poderosa de ignorar o de minimizar las despedidas, que hacía los reencuentros mucho más accesibles. Ésta es una lección que he ido refinando, lo cual me permite despedirme, mantener contacto a través de la distancia y cumplir con las citas y reencuentros futuros. Para mí, las despedidas solían imponer la necesidad de un reencuentro, que por mucho que yo lo deseara, suponía un plazo y/o promesa que cumplir. Por alguna razón que aún desconozco, por mucho tiempo he creído ser incapaz de cumplir promesas dentro de los plazos establecidos. Con Quincy, los plazos eran los míos. Cuando yo estuviera lista, cuando yo lo necesitara, y siempre se consideraban cumplidos.

(Celina, adolescente)

Esto me parecía bonito contarle porque representa lo importante que puede ser un perro junto a un terapeuta.

Muchas veces, cuando uno es niño (en mi caso cuando fui donde Vds.) y va al psicólogo, sabe que es porque algo no anda bien; en mi caso eran los estudios, mis distracciones, mi mala letra y mi modo de ver el mundo, que muchas veces hacía que volase hasta la estratosfera como me decías.

El que se abra una puerta donde se supone hay un psicólogo, aunque sea de niños y salga un perro con su juguete y te lo ofrezca, no sabes cómo nos tranquilizaba, y que si mi mamá quería hablar un rato con Vds. podía ir con Quincy al jardín a jugar. Para nosotros, los niños, es importante que fuera un perro tan grande, pues nos permitía empujarlo, jugar al fútbol, a tirarnos encima de él sin que sufriera ni se dañara.

Aún recuerdo que nos poníamos todos los niños de todas las edades, cuando teníamos sesión de grupo, haciendo una barrera para que no pasara y cómo siempre lograba, como el mejor de los futbolistas, escabullirse por entre nuestras piernas, cómo le gustaba que le persiguiésemos y cómo al final, cuando ya venían por nosotros, todos queríamos ser el que le llevase el agua o la comida.

Siempre me sentí cómodo con su presencia, y veía cómo era vuestra manera de tratarlo y de hablarle cuando no quería obedecer. Siempre me hizo sentir que a Vds no les molestaban mis desobediencias sino que me lo dirían con el mismo cariño, claridad y paciencia con que lo hacían con él.

(Niño, hoy ya adulto)

Quincy es parte de mi historia, de todo aquello que aprendí en mis sesiones. La sensación de saber que aunque llegase muy mal a la sesión, él estaría junto a ti por si yo en ese momento no quería hablar o trabajar él. Rápidamente sabía convertirse en mi cómplice, trayéndome sus juguetes, haciendo mucho laberinto corriendo de un lado a otro, y de este modo ambos, él y yo, retardábamos un poquito el entrar a trabajar en la sesión. Cuando él se tranquilizaba yo también ya lo estaba y cuando le decía que iba trabajar, me hacía sentir importante, pues siempre se sentaba a mis pies y no se movía de ahí hasta el final.

(Niña, hoy adulta)

Quincy es mi único amigo y si me siento mal no me importa, sé que él me puede defender de los que me quieren molestar, y a todo el mundo en el colegio, cuando se burlan de mí porque no tengo papá, les contesto:

¡No me importa porque tengo una mamá y a Quincy!

(Diego 5 años)



Voy a dibujar
Aguasi



Cuando yo aprendía a superar mi dislexia Quincy aprendía a traernos sus juguetes, a sentarse cuando le pedían hacerlo y a no ladrar en las sesiones.

(Marilú 6 años)

Quincy me enseñó a ser amigo, a sentirme bien, a sentirme contento.

Aprendí cómo hacer amigos para que los demás me quisieran ya que él siempre estaba rodeado de muchos niños que lo querían, que lo acariciaban y que jugaban con él.

Yo sentía que me protegía, siempre lo sentí uno más de nuestra pandilla.

(Alejandro, 13 años)

Quincy era más que un amigo, era un compañero.

Aunque muchas veces me hizo enojar, siempre le perdonaba rápido (excepto la vez que por celoso casi mata a mi tortuga).

Quincy era como yo: celoso, picón y muy mimado.

Quincy nunca tuvo la intención de atacar a ningún amigo.

Una vez Quincy se escapó tres días y nos pusimos muy tristes porque no lo hallamos, pero al cuarto día Quincy volvió.

(Pedro Alejandro 13 años)



En Umayquipa de Lima , siempre dijimos e insistimos que fue un perro, para el resto de los pacientes, fueran éstos adultos o niños, parece que fue algo más, que fue muchas cosas más.

Para nosotras, desde siempre fue uno más del equipo y sin exagerar, el más importante.

Es por esto que hasta hoy aún nos sigue el duelo, o ese vacío de entrar a la consulta o ver su sitio vacío. Los niños siguen yendo a visitar su manzano, y otros le escriben cartas por si podemos hacerlas llegar. Ha sido muy bonita la experiencia, empezamos ahora en Umayquipa Madrid otra con Guasi, los niños que ya saben que vendrá, están entusiasmados.

¿Qué raza es más recomendable para esta coasistencia en psicoterapia?

Quincy fue un doberman y si el doberman es tranquilo es una buena raza, ya que como hemos escrito anteriormente, sus características de raza, de ser negro y de ataque y defensa hace que los niños puedan trabajar y proyectar ambas cosas, lo bueno y lo malo, pero hay que recordar siempre que esta raza es muy nerviosa y Quincy estuvo en sesiones desde muy pequeño y sabía la elección, o se estaba tranquilo o salía de la habitación y para él la elección era obvia. Sabía pasar por entre todos los juguetes de Lego o Play Mobil esparcidos por el suelo sin tirar una sola pieza y sin ni siquiera mirar dónde estaban colocadas. Muy rara vez tiró alguna y esto los niños lo sabían.

Yo recomendaría como muy buena raza los perros labradores, son nobles, lo suficientemente grandes para aguantar los golpes o torpezas. Los perros que utiliza la Once como lazarillos, luego el San Bernardo si son zonas de poco calor, para que no sufra en verano, lo mismo que el Old English Sheep Dog, el Basset Hound, Golden Retriever.

Como verán los perros que he mencionado son perros que generalmente no tienen rabo o lo tienen cortado. Por ejemplo el pastor alemán es excelente raza pero su rabo es un látigo cuando está contento y esto a los niños pequeños les asusta o intimida y además con el rabo tira muchos de los objetos que estén al alcance .



Si es que ya tiene un perro o gato en casa , pueden intentar irlo introduciendo con los pacientes más tolerantes, más pacientes y a los que les encantan los animales. Lo que sí es necesario es que si un terapeuta se plantea por primera vez tener un perro o animal para hacer la terapia con él, es que es necesario que ame a los animales, o que haya tenido animales antes en casa. Es el único modo de conocerlos, de entender su lenguaje y de tolerar y comprender sus cosas, sin angustiarse, impacientarse y lograr un buen clima de trabajo. Si no el niño lo percibirá y por supuesto identificará nuestras respuestas y nuestro trato para con el animal que lo podemos tener con él también.

El Grupo de Niños.

El grupo de niños lo empezamos a hacer al darnos cuenta de que los niños necesitaban algo más que su sesión individual para solucionar algunos de sus "problemas". Por esto decidimos hacer la experiencia como he contado antes, que todos los niños que fuesen a terapia entre los 3 años y los doce o trece, acudieran una vez al mes a la sesión de grupo. Van los pacientes de cada una de nosotras tres y ahí hacemos una serie de ejercicios como por ejemplo musicoterapia, ejercicios de relajación, de fantasía, juegos y dinámica de grupos.

Aquí en España, hago una vez cada quince días, con los niños que atiende y con aquellos que puedan ir, y luego con otros que sólo necesitan ir a grupo.

La experiencia es bastante gratificante, y ellos muy naturalmente hablan de sus sesiones individuales y de las sesiones de grupo. Esto les sirve también como un modo de conocer a los otros niños que van a sesiones.

¿En qué consisten estas sesiones?

Siempre empiezo con unos minutos de respiración profunda, todos sentados en el suelo y sin zapatos.



Quincy y el grupo mensual de niños

"Respiren hondo, muy hondo, como si fuesen el lobo del cuento que quiere derribar la casa de los cerditos. Tomen más aire y luego echen más hacia afuera. (No hacerlo demasiado para evitar la hiperventilación). Bien, ahora vamos a estirarnos. Primero con los brazos y las palmas hacia arriba, vamos a empujar bien arriba como tratando de llegar al techo, ahora hacia los lados, tratando de empujar las paredes para hacer la habitación mucho más ancha. Luego, pongamos las palmas en el suelo y hay que empujarlo mucho hasta bajarle el techo al señor del piso de abajo. Así, muy fuerte. Ahora vamos a estirar los brazos y las manos hacia delante tratando de tocarlos, y luego ponerlos hacia atrás lo más lejos posible para que no nos alcancen. Ahora empezaremos a jugar con los pies, estirar mucho los dedos hacia delante, luego hacia abajo, ahora traten de estirar los dedos del pie moviéndolos hacia uds. Muy bien. Ahora giremos el pie derecho, haciendo círculos, luego el izquierdo, ahora giremos ambos pies haciendo círculos, hacia la derecha y hacia la izquierda. Ahora



más rápido y más rápido y más rápido. Muy bien. Volvamos a respirar.

Otro ejercicio que hago es el siguiente:

Cada niño está a cuatro patas y tiene un cojín en su espalda, la consigna es la siguiente:

"Vamos todos a imaginarnos que somos unas hormigas muy trabajadoras y que tenemos que llevar granos de azúcar hasta nuestra casa. Cada cojín es un grano de azúcar, lo tenemos que llevar muy despacito para que no se caiga. Así, muy bien, muy despacio vayan caminando y llevando el grano de azúcar, por toda la habitación. Piensen que son hormigas, que van despacito pero seguras de llevar su carga hasta su casa, muy bien. Ahora vamos a intentar llevar dos granos de azúcar uno encima del otro, así muy bien (colocamos a cada niño dos cojines uno encima del otro). Ahora intentemos nuevamente caminar muy despacio, hacia delante, hacia atrás, hacia los lados. Muy bien, ya hemos llegado a la casa."

Haciendo algo más...

Algo que gusta siempre a los niños es entrar en la cocina. Por esto siempre hacemos una clase de cocina donde hacemos galletas. Van todos los niños y a cada uno le doy su recipiente con un poco de harina, azúcar, un huevo y mantequilla. Ellos se encargan de hacer la masa y luego con rodillos empezar a estirarlas, luego con los moldes hacer las galletas. Lo que es interesante en esto es que muchas veces los niños al encontrarse en otro espacio diferente que el habitual, empiezan a conversar de otro modo con sus compañeros y sobre temas que muchas veces no se han hablado en terapia. También aquí es importante ver cómo los mayores o quiénes ayudan a los más pequeños, y cómo cada uno trabaja su propia masa, unos la hacen muy delgada, otros muy gruesa, otros con cuidado, otros no les importa cómo está.

En la fuente del horno cada uno tiene su fila para que se pueda luego reconocer sus propias galletas y procedemos al

Esta soy yo en el grupo:



lo que MÁS ME gusta del
GRUPO ES:

- jugar a las estatuas
- jugar a simon
- Estiramiento



Loretta abrazando a Quincy después de una sesión de grupo.

horneado. Es bonito verlos esperar la primera apertura del horno mientras van amasando para hacer más galletas.

Tienen permiso para comerlas o si quieren se las llevan a su casa, como ellos prefieran. Aquí también vemos a los más voraces, a los más tacaños, a los que comen alguna pero guardan para los otros, a los que no comen ninguna para enseñarle todo a sus padres, a los que roban a los otros masa o galletas, los que quieren llevarse todo etc.

Por supuesto lo más encantador y tierno es verlos a todos con sus caritas llenas de harina (igual que la cocina por supuesto).

La merienda de fin de año

Esta es otra actividad que realizamos en grupo. Cada fin de año académico, en España en Junio y en Lima en Diciembre, antes de Navidad, hacemos una carta donde los niños que están en terapia y Segismundo, el perro y nosotras invitamos a todos los niños a la merienda de fin de curso.

En Lima la hacemos en el consultorio y en Madrid salimos a algún sitio todos juntos. Es una merienda donde van los



niños que actualmente están en terapia y aquellos que ya dejaron de ir pero que saben que tienen un espacio aquí para volver a vernos y visitarnos.

Son meriendas muy simpáticas donde ellos escogen generalmente el tipo de lugar y comida: helados, sandwiches, dulces, etc. Y es bonito escucharles, conversar entre todos, los antiguos y los nuevos, cada uno contando sus experiencias, el cómo están ahora, qué es lo que hacen por qué vinieron a terapia, cuál era su problema. Todo esto no lo digo yo sino sale por sí solo. Aquí en esta merienda mi función es más de escuchar y ser una más, no señalo, no dirijo ni doy encuadres. Les dejo ser libres, si quieren gritar, desparramar, correr. Han bailado sevillanas, cantado, hecho gimnasia rítmica en el suelo, etc.

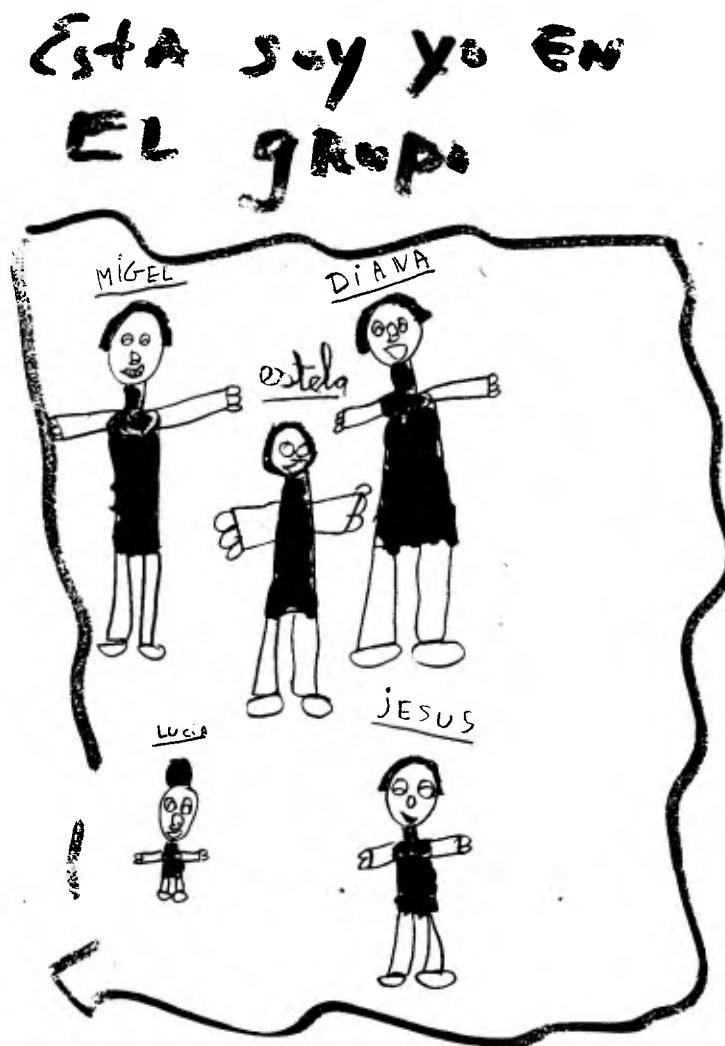
Esta merienda señala de algún modo el despedirnos hasta después de vacaciones. Los padres luego los van a recoger al sitio donde estamos y no los vuelvo ver hasta que empieza el año escolar, y a los antiguos hasta la próxima merienda. Es un modo bonito de saber estar todos juntos. En Lima la merienda la hacemos por Navidad antes de las fiestas y es ahí donde hacemos los regalos que están en el árbol. Aquí no lo hice así pues en esas fechas no estoy en España sino en Lima y por esto lo cambié a Junio, pero es igual hacerlo en Diciembre o incluso más bonito por las fiestas que se acercan. Otros alumnos míos también ya hacen sus meriendas al final del año, y también para ellos ha sido una bonita experiencia.

Ahora voy a explicar algunos juegos o ejercicios utilizando ceras o témperas, para aplicarlas en el grupo de los niños:

Pintando el día

Se reparten hojas de papel a los niños, y los colores o ceras de color para pintar. Y les explico lo siguiente:

“Hoy vamos a pintar el día, ¿se imaginan que pueden hacerlo? Vds serán los artistas del día, fíjense, cierren los ojos un momento y traten de recordar el día de hoy, ¿de qué color lo ven? Ahora abran los ojos e intenten pintar el día, como



quieran, de color o colores que quieran, pinten la mañana, ahora pinten el mediodía, ahora pinten la tarde, y luego el atardecer, y la noche y la medianoche. ¿La han visto alguna vez? Y ahora el amanecer.

Las emotivas líneas

Ahora vamos a utilizar pinturas de dedos. En cada hoja de papel van a pintar una línea diferente por ejemplo. "Pinten unas líneas alegres". Ahora pinten unas líneas miedosas, y ahora pinten unas líneas tristes, ahora unas líneas molestas, ahora unas líneas muy molestas, enfadadísimas, ahora unas líneas nerviosas, ahora unas líneas cobardes, ahora unas líneas hambrientas, ahora unas líneas peleándose, ahora unas líneas amistándose, ahora unas líneas gritonas, ahora unas líneas en paz, ahora unas líneas cansadas, ahora unas líneas dormidas.

Pintando lo que te quiero dar

Ahora vamos todos a pintar en una cartulina muy grande. Cada uno va a escoger un pedazo de espacio de la cartulina y va a dibujar y pintar algo de vuestro mundo que quisiera darle a alguno del grupo. Puede ser una emoción, un juguete, un recuerdo, una palabra, etc. Todos juntos luego vamos a ver el cuadro y diremos por qué hemos elegido eso que hemos pintado.

Lo que más me
gusta del grupo
es

- pintar con el grupo.
- ver a Loreta y al grupo.
- jugar con el grupo y con Loreta
-
-

6

MÁS EJERCICIOS DE AYUDA PARA EL TERAPEUTA GESTÁLTICO INFANTIL

El terapeuta gestáltico inexperto generalmente anda buscando ejercicios, juegos y técnicas que le ayuden a poder desenvolverse dentro de la sesión. Es como si tuviera la necesidad, a veces, de llenar toda la sesión con una serie de juegos que se "supone serán para ayudar al paciente a trabajar sus cosas." Muchas veces el error tal vez consiste, en que estamos más pendientes de la búsqueda de estos juegos o ejercicios mágicos, que creemos harán por sí solos lo que nosotros con la experiencia, a veces, nos sentimos incapaces de poder lograr. Cuán difícil es a veces convencer a este terapeuta novato, que el verdadero arte, juego y técnica está en su propio ser, en su escucha atenta, en su capacidad de arriesgarse con el niño que tiene delante, en su necesidad de abrazarlo, de cargarlo sobre las rodillas o expresarle simplemente un "te quiero" espontáneo y sincero.

Me es necesario recordarles que la mejor técnica de cura es el afecto, es el cariño por nuestro paciente cargado de presencia, lo que le va a ayudar a salir de aquel sitio donde se ha metido. El proceso de cura tiene que ver más con nuestro corazón y nuestra piel y nuestro estómago en el momento de sentir el mundo del niño, sus recuerdos y sus silencios, la angustia o indiferencia de sus padres y de sus historias, que toda una lista de excelentes ejercicios.

La técnica de ir siempre un poquito más allá en nuestro compromiso con el paciente, siempre será la más efectiva.

Jugando a las casitas

Este juego es para realizarlo en grupo. Se necesita un espacio grande y una caja llena de cintas de colores, de las que usan las niñas para atarse el pelo, de ser posible, de diferentes grosores y de colores diversos pero repetidos: azules, celestes, rosas, rojos, negros, blancos, amarillos, etc. Las cintas deben ser también de diversas longitudes por ejemplo desde dos metros a cinco metros.

El ejercicio consiste en lo siguiente:

“Vamos a sentarnos por un momento en el suelo y vamos a cerrar los ojos. Empezaremos a respirar de modo lento y tranquilo, como si estuviésemos a punto de dormir, uno, dos, uno, dos, así muy bien.

Ahora les voy a pedir que se imaginen un espacio dentro de sí mismos, un espacio donde caben nuestras cosas, sólo nuestras, las más íntimas, un espacio donde sólo nosotros sabemos cómo se llega. Traten con la respiración de sentir el tamaño de ese espacio, la forma: si es ondulado, ovalado, cuadrado, ¿qué forma tiene? y una vez que hayan podido ver esto fíjense de qué color es: si no lo tiene, entonces pónganle un color.

Este espacio es el sitio privado de cada uno, y nuestra respiración nos ayuda a ampliarlo o a achicarlo de acuerdo a lo que queramos. Es un espacio donde somos los dueños y donde nos gustará refugiarnos cuando queramos estar solos o donde iremos para recordarnos con otras personas. Cuando yo diga que abran los ojos, van a ir a la caja de las cintas y van a escoger aquella que uds. creen puede reflejar lo que han visto dentro de sí. Quiero ver que todos van ya por sus cintas, fíjense que son de diferentes tamaños, escojan bien el color que creen que es, el grosor, etc.

Ahora cada uno va a irse con su cinta a un lugar del patio y va a tratar de hacer en el suelo la forma que vieron que tenía su espacio y una vez que la hayan hecho se meten dentro de ella. Traten por un momento de darse cuenta cómo se sienten dentro. Si la sienten muy grande o muy pequeña, si se parece



a lo que tenían pensado y empiece cada uno a decir lo que siente respecto a esta casita que se han construido.

Una vez que cada uno ha terminado de decir sus sensaciones continuamos:

Ahora veremos un poco cómo son las casitas de los otros. Podemos salir por un momento de la nuestra y vamos a dar un paseo para ver cómo son la de los otros. Si les gustan, por qué, si no les gusta, por qué, una vez que terminen el paseo regresa cada uno y se mete dentro de su cinta, de su espacio, de su casita.

Este espacio que hemos ido descubriendo con este ejercicio, con nuestra respiración y con colores, es un espacio propio como ya les había dicho. Ahora es importante que cada uno sepa si es que quiere invitar a alguien que venga a su casita y cómo lo va a hacer, o si no quiere que nadie venga y cómo va a hacer para que eso no suceda, y cómo va a hacer para que tal vez vengan unos y otros no.

(Esto nos servirá para darnos cuenta cómo cada uno ha hecho la forma de su espacio, si utilizó cintas gruesas y largas, o delgadas, si cerró la forma o dejó una entrada, y qué espacio escogió del patio para hacer su cinta, lejos del grupo o cerca, en un rincón. Esto nos ayudará para trabajar con el niño sus relaciones y sus necesidades y capacidades.)

Ahora vamos a ver cómo vamos a hacer para que alguien nos invite a la suya, qué podemos idear para que esto suceda. Por ejemplo, pueden coger la cinta y con ella a cuestas ir de casa en casa preguntando si pueden entrar a visitar, ¡pero ojo!, si entran no pueden entrar con la casita de uds. Tendrán que dejarla fuera y entonces tal vez alguien pueda que le guste la de uds. y la ocupe. Vean qué es lo que van a hacer.

Este juego da para muchas posibilidades. La noción de espacio interno es bien importante que los niños la tengan desde pequeños. Este ejercicio les ayuda a tener más conciencia de los propios límites y de los ajenos, de sus deseos de invadir los espacios del otro. También es útil para ver cómo refuerzan o disminuyen sus límites, sus barreras, cuánta cinta utilizan, de qué tipo.



Cuando un niño hace un espacio restringido, donde apenas cabe, se le empezará a entrenar a respirar mejor, tratando de que su respiración sea profunda y llegue hasta el vientre. Al mismo tiempo se le va planteando que si quiere tener amigos deberá ir ampliando su espacio y sus límites para poder invitar a algún compañero para jugar con él dentro de su casita. Por otro lado, los niños que invitan a muchos amigos se darán cuenta de que son demasiados y que puede estar incómodo dentro de su espacio, ya que no queda nada de sitio y que para estar más libre y con más espacio tendrá que seleccionar, ya sea desde la cantidad, o por simpatía, o por cariño, etc.

Estos son algunos ejemplos de cómo trabajar este ejercicio. Resulta mejor y más productivo si no se hace una sola vez sino que se van haciendo en continuas reuniones. Unos cinco o diez minutos se toma para esto y se verá cómo cada uno irá aprendiendo a respirar mejor y flexibilizar sus límites y se verán los cambios. Todo esto debe ser hecho con mucha paciencia y mucho cariño para que los niños se vayan introduciendo en el tema. Si por alguna razón el niño se siente herido, apenado, rabioso, por ejemplo, se le enseña que vaya a su espacio un momento, ya sea el de la cinta o el que ya sabe visualizar dentro de sí, cierre sus ojos y que comience a respirar profundamente como le hemos enseñado ya que dentro de ese espacio nadie le hará daño. Esto les servirá para tener la sensación que no están solos, ya que cada uno de nosotros posee un lugar dentro de sí, donde nos podemos refugiar por un momento para poder encontrar nuestra armonía y tranquilidad. Pero para esta percepción es necesario darse cuenta de que este espacio existe. Por esto el objetivo de la primera parte del ejercicio es: respiración y visualización, y la segunda parte la de las cintas

Jugando a la fila

Este ejercicio se puede hacer en grupo o nosotros hacerlo con el niño. Nos ponemos en el centro de la habitación y uno va a indicar diferentes cosas que el otro va a hacer.



Por ejemplo:

"Supongamos que estamos nadando, uno, dos, uno dos."

"Ahora que estamos remando sentados en el bote."

"Ahora somos gondoleros y remamos de pie."

"Ahora viene un avión volando muy bajo y nos tenemos que agachar."

"Ahora la lluvia nos empapa y nos protegemos con nuestras manos."

"Estamos yendo por un túnel y no vemos nada así que cierran sus ojos y traten de caminar despacio."

"Ahora tenemos que entrar a una cueva muy pequeña." ¿Cómo hacemos?

Ahora tenemos que soplar para apagar unas velas.

Soplar para apagar el fuego.

Soplar para que se vaya un mosquito.

Soplar para espantar una mariposa.

Soplar para que se quite un pelo de la nariz.

De los ojos.

De la frente.

De la boca.

Del vestido.

Ahora nos ponemos a hacer clases de aeróbicos:

Abdominales.

Ejercicios de hombros.

Ejercicios de piernas.

Ejercicios de caderas.

Ejercicios de cintura.

Ejercicios de cuello.

Ejercicios de pies.

Ejercicios de correr en el sitio.

Juego del acordeón

Este es un juego que se hace con niños que ya saben escribir. Necesitamos un folio de papel y dos bolígrafos o lápices.



La consigna es la siguiente: en un extremo del papel voy a poner una frase, por ejemplo; Érase una vez un niño que... la escribo y se la leo al niño, luego lo doblo, y le toca al niño continuar la historia, la escribe pero sin decírmelo, y luego también dobla el papel y me toca a mí, y así sucesivamente, hasta que el último debe terminar la historia y doblar el papel. Este juego es muy antiguo, me lo enseñó mi madre y lo jugábamos con mis hermanos siempre en casa, supongo que muchos de Vds. también lo conocerán. ¿Y para qué sirve en una sesión? pues además de pasar muy buen rato es un modo divertido para niños que tienen problemas de leer y escribir y donde esta actividad se le hará mucho más placentera y divertida haciéndolo desde este tipo de juegos. También sirve para que el niño eche a volar su imaginación con la participación nuestra. Lo llamo, el juego del acordeón porque el papel al final queda doblado como los fuelles de un acordeón.

Si tú no me quisieras.....

Este es un juego que empieza con la frase: "si tú no me quisieras" y el niño y nosotros debemos completar la frase. Por ejemplo: si tú no me quisieras me robarías todos los caramelos, si tú no me quisieras, me contestarías mal, si tú no me quisieras te reirías de mí, etc. Luego pasa a; por ejemplo : si mi papá no me quisiera, si mi mamá no me quisiera, si mi hermano me quisiera... también de acuerdo al caso o historia del niño se puede hacer con "si mi papá me quisiera" y así sucesivamente.

Cambiando el día

Este juego sirve para cuando el niño venga con un mal día, ya sea porque le fue mal en el colegio, o simplemente porque es un día donde no se ha sentido bien.

Vamos a hablar de todo lo que te ha pasado hoy, de cómo te has sentido, de lo horrible que ha sido. Ahora que ya lo has contado vamos a cambiarlo a peor, mucho peor, ¿qué cosas peores aún te podían haber pasado que las que ya has tenido hoy?



Y ahora las vamos a cambiar a peor aún más, mucho peor, que sea pésimo ¿cómo sería?

Ahora vamos a respirar unas cuantas veces y luego vamos a cerrar los ojos con fuerza y empezar a soplar muy fuerte, para hacer que este día tan malo se vaya con el aire, así muy bien. Ahora cógelo con tu mano y tira todo por la ventana.

Ahora haz un dibujo de cómo te sientes.

Voy a poner a mis padres

Este juego sirve para desarrollar la creatividad y la imaginación. Consiste en un juego con la siguiente consigna:

Hoy vamos a enseñar a nuestros papás a ser malos estudiantes, ¿qué es lo que les enseñaríamos a hacer?

Vamos a cerrar los ojos e imaginarse que le enseñan a su papá a llegar tarde al colegio, luego a no saludar al profesor, luego se sienta en el sitio de otro niño, luego tira los papeles al suelo, luego no sólo no ha hecho las tareas sino que además no quiere hacerlas en clase.

Cuando le dicen que vaya donde el director, se va a jugar al patio. ¿Qué más cosas se le ocurren para enseñarle a su papá a ser un mal estudiante? Ahora hacemos lo mismo con la mamá.



7

CASOS

Cada persona es un rompecabezas de muchas piezas, y es en el proceso terapéutico donde empezaremos a tratar de descubrir estas piezas e intentar ir armando con ella una figura. Pero cada pieza que vamos descubriendo, nos va formando una figura diferente a la anterior, a la que ya conocíamos.

Así es el ser humano, inacabable, sorpresivo, cambiante, impredecible, lúdico y malicioso. Aunque la terapia haya sido un éxito, aunque el paciente se sienta muy bien, aunque el proceso ya finalice, nunca este rompecabezas de piezas se da por terminado, siempre hay posibilidades para el cambio, para la flexibilidad y la libertad de la persona y de sus experiencias en la vida.

El niño, tiene aún todo por delante, y muchas posibilidades de que todo lo que hoy esté dentro de él, mañana sea algo muy diferente. Y no por nosotros, ni por el hacer de sus padres. Tan sólo por la vida, por los tiempos evolutivos que todos poseemos, por su propia música que lo impulsa a moverse por caminos distintos a los de hoy.

Y cada niño, cada "caso" es un mostrarnos lo que él ya sabe pero no puede hacer solo y por esto despliega todo su arte y su recurso para que lo conozcamos en su Aquí y Ahora, y le descubramos su momentáneo nudo.

Pero como vuelvo a repetir, aunque estemos entregados con todo a ellos, y que las sesiones tengan como objetivo observar al paciente, lo más seguro es que al terminar la terapia él sepa más de nosotros que lo que nosotros nos atrevemos a conocer y mostrar de nosotros mismos.

Este capítulo trata de la historia de algunos niños. El nombre que lleva en la historia no es el verdadero. Son nombres que ellos escogieron tener ya sea para sus juegos o por si alguna vez escribía sobre ellos les pregunté qué nombre escogerían tener cuando hablara de ellos ante otros terapeutas infantiles, todos los que aparecen aquí dieron su permiso para que contara sobre ellos y así ayudara a otros psicólogos a entender a los niños.

Me es difícil escribir sobre ellos, porque nunca un papel y unas letras podrán transmitir todos los momentos pasados juntos, de trabajo, de confidencias, de acercamiento, de crecimiento día a día, y porque además, aunque las historias estén un poco cambiadas en los datos y algunos sucesos de sus vidas, siempre para mí es como mostrar algo muy íntimo. Por esto sólo presentaré partes de la sesión que me pueden parecer importantes para el aprendizaje y conocimiento de la técnica en terapia gestalt; y otros elementos los guardaré sin compartírselos con Vds. Espero que me entiendan pero prefiero en este caso sacrificar el conocimiento, al respeto y cariño que les tengo a mis "pacientitos" y a su mundo.

Paloma y el león.

Paloma viene cuando tiene cinco años. Me consultan la madre y su pareja. La niña es hija única del anterior matrimonio de ella. Se separaron cuando tenía un año. Desde pequeña ha parecido una niña muy inteligente, pero algunas veces hace cosas como coger toda la ropa recién lavada que está en el cesto, en la casa de la abuela, y la tira al suelo y la pisa. Pasa con los abuelos la mayor parte del tiempo, hasta que su madre la viene a recoger del trabajo entre 8 y 9 de la noche. Tampoco obedece a la pareja de su madre, ellos viven juntos desde hace varios años. Planteo hacer una evaluación antes de empezar la terapia, ya que me cuentan que la niña dice que es un león que tiene en su cabeza y que le manda hacer todas esas cosas, que escucha la voz del león

dentro de su cabeza. La evaluación emocional la planteo generalmente como he dicho a todo niño que viene a consulta. En este caso quería saber si no se trataba de una posible psicosis, aunque por esos datos aún no se confirma nada.

Pasaré ahora a la sesión que me interesa relatar. Una vez que ya hemos hecho la evaluación donde no hemos hablado para nada del león, ya que ella no quiere hablar del tema, según me dice la madre, decido que como ya es la primera sesión de terapia tengo que hablar del tema con ella. Hasta ahora Paloma siempre que me ha hablado, lo hace con el cuerpo tenso, rígido, muy duro, es también muy simpática y sociable y su inteligencia es alta.

- Hola Paloma ¿cómo estás?

- Bien. ¿por qué Segismundo está hoy ahí?

(Segismundo ya fue presentado la primera vez que lo vió, y ella ha logrado una buena relación con él pues siempre que llega lo saluda y lo abraza. Para esta vez, lo he acercado mucho más a la mesa donde estamos nosotros, con su silla, ya que pienso que lo voy a necesitar).

- ¿Por qué no se lo preguntas?

- Segismundo, ¿por qué hoy te han sentado aquí junto a la mesa?

- Porque hoy Loretta y yo queríamos hablar contigo.

- ¿Sobre qué? (y me mira).

- Paloma, hoy Segismundo y yo queríamos hablar contigo porque tu mamá nos contó de algo que no te gusta mucho hablar pero que es necesario que lo hablemos aquí. ¿Sabes a qué me refiero?

- Sí al león, pero no quiero hablar me da miedo.

- ¿Sé que te es difícil hablar del tema. Todos nosotros tenemos cosas que nos son difíciles de explicar a los otros y a nosotros mismos, a veces porque no lo entendemos, otras porque nos asustan, otras porque nos da vergüenza, parece que a ti tu león te asusta no?

- Sí.

(Decido cargarla sobre mis piernas ya que la veo asustada y en estos momentos cuando los niños sobre todo si son pequeños y están molestos o asustados, los siento en mis rodillas, y si son mayores de ocho o nueve años, lo que hago es tocarles una mano o estrechársela).

- **A ver cuéntame un poco, ¿cómo es ese león, tú crees que me lo puedes dibujar para ver cómo es?**

- Es que me da mucho miedo, no me gusta ni verlo .

- **Fíjate, te voy a enseñar un truco para dibujar sin que sea necesario que lo veas. Te coloco este papel aquí delante de tí. No te preocupes que seguirás estando en mis rodillas. Ahora coges el lápiz y con este otro papel más grande yo voy tapando lo que vas haciendo. Así mientras tú dibujas debajo de un papel y encima del otro, ni te enteras dónde está el león y tampoco lo tienes que ver. Cuando lo tienes listo me avisas, cierras tus ojos y yo cojo el papel donde has dibujado ¿te parece buena idea? Segismundo estará vigilando por si acaso necesitamos su ayuda.**

- Bueno. (Paloma empieza a dibujar así como le he indicado. Parece bastante segura de lo que hace. Su madre me ha dicho que a ella también se lo ha dibujado para que lo vieran ellos.)

- Ya he terminado.

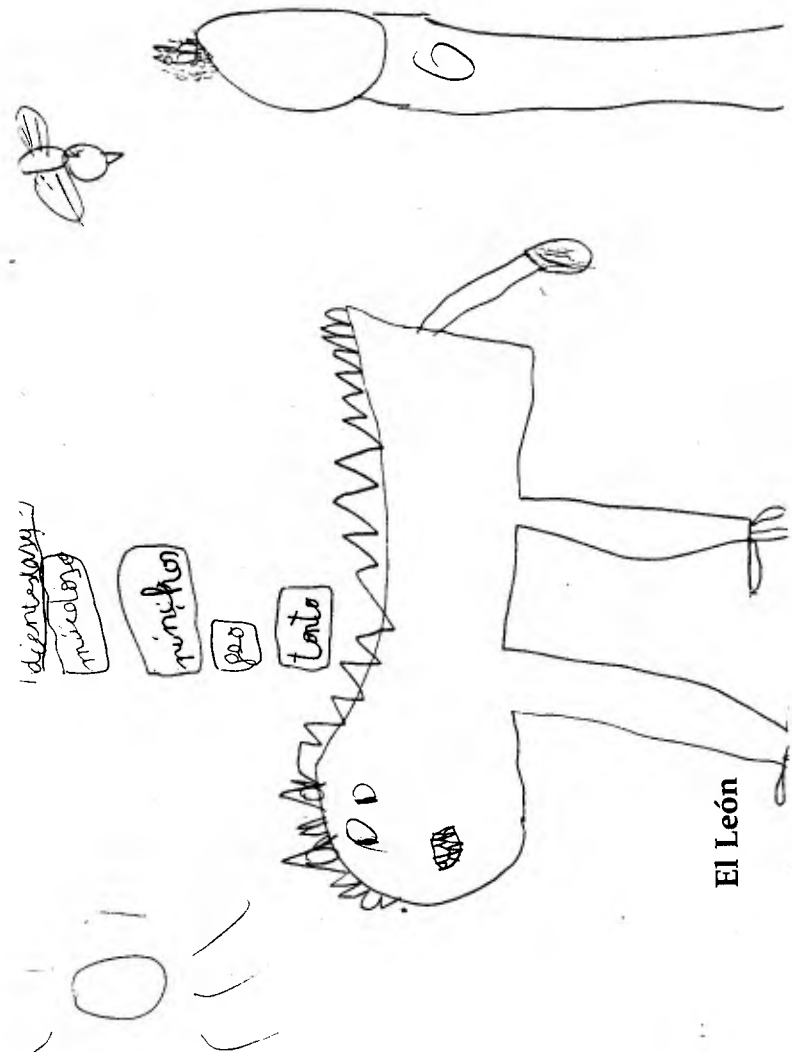
Agarro el papel y veo al león. En verdad en el dibujo está puesto bastante el terror, el miedo, las líneas son marcadas y quebradizas, y en la boca hay muchos dientes.

- **Entiendo por qué te asusta tanto el león, Paloma, pero no te preocupes, no te pasará nada, yo lo tendré aquí y lo guardaré para que no te haga más daño.**

- **¿Qué cosas te hace hacer el león?**

- Cosas que están mal: portarme mal, no obedecer, escaparme de casa o del colegio. No escuchar lo que me dicen, tirar toda la ropa planchada, no querer comer, escupir en la alfombra, deshacer las camas.

- **Todo eso, parece bastante malo ¿no?**



- Sí, y además sé que el león te puede hacer daño a ti también. Es muy malo, hace cosas malas y hace que sucedan. Te puede hacer daño a ti y yo no quiero que eso pase.

- **No te preocupes, a mí no me puede hacer daño.**

- Sí, sí te puede hacer daño, lo sé yo y él me lo dice siempre. (aquí es cuando extraño a Quincy, a mi gran doberman que puede convencer rápidamente al niño que no pasará nada, pero aquí tengo a Segismundo y lo utilizo.)

- **Paloma, no te preocupes por eso, Segismundo está conmigo y sabe pelear, no nos hará daño.**

- Es que el león tiene toda una familia y pueden venir todos a por nosotros.

- **¿El león tiene una familia? ¿Una familia igual que él?**

- Sí.

- **¿Quieres dibujarla igual que has hecho con lo otro, así lo dejas luego aquí en el despacho?**

- Sí.

(Empieza a dibujar a toda la familia debajo del papel sin mirar lo que hace, como le he enseñado.)

- Ya está listo.

(Cada uno de los que ha dibujado son muy feos y dan realmente miedo verlos.)

- **¿Y cómo así toda una familia puede ser tan mala y hacer tantas cosas que hagan daño?**

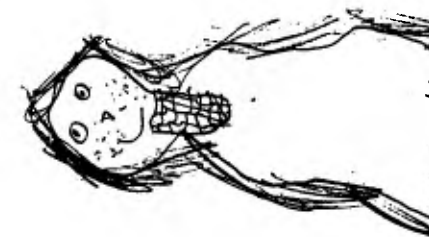
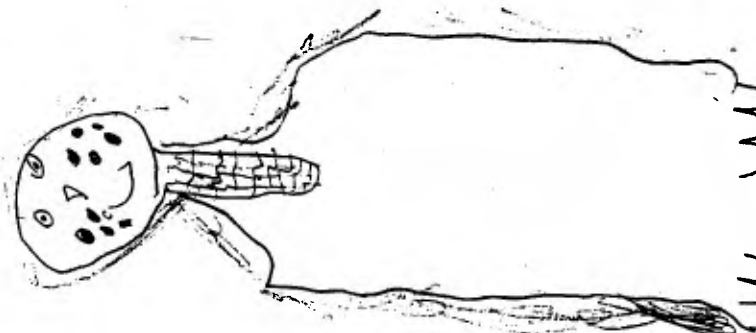
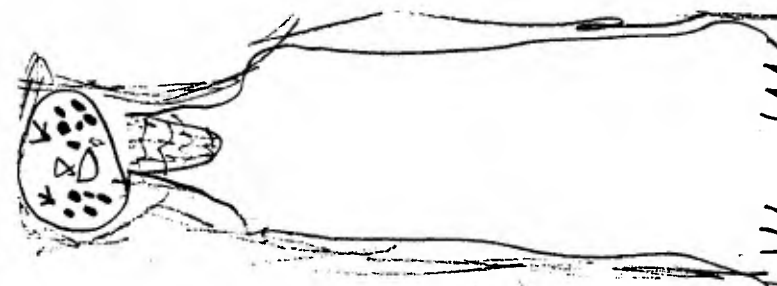
- No lo sé.

- **Segismundo, ¿tú crees que a Paloma alguna familia le ha podido hacer algo de daño, aunque sea sin querer y ella tiene miedo que vuelva a pasar?**

Segismundo asiente con la cabeza y Paloma lo mira muy atentamente.

- Esconde los dibujos que se pueden escapar y nos hagan algo, me dice.

Guardo los dibujos, y hago que Paloma me mire a los ojos y me preste atención.



Familia del
León

- **Paloma, quiero que me escuches bien. Lo del león no te preocupes, que te va a pasar, pero no es sólo a ti que le pasan esas cosas. Otras personas, mayores, o jóvenes también les pasa lo mismo, sienten una voz que les dice cosas horribles, y no las deja en paz. Tú eres tan inteligente que lo has puesto en un animal, es mejor a que sientas que eres tú, y no te preocupes ese león dejará de existir. Segismundo, tú y yo, lograremos vencerlo. Lo importante es que me cuentes cuando te aparece, las cosas que te dice, pero quiero que sepas que al menos por ahora, lo estás dejando aquí conmigo, y no lo dejaré escapar, y además, fíjate qué tamaño tiene Segismundo, él es experto como te he dicho en peleas y lo logrará vencer, no te preocupes y yo también soy mayor y sé pelear con esos leones. ¿Lo entiendes?**

- Sí. (Y abrazó a Segismundo).

- **Ahora vamos a escribirle palabras feas al león en tu dibujo, ¿quieres hacerlo?**

- Sí.

A partir de esta sesión Paloma vino mucho más tranquila y nunca más se le volvió a aparecer el león. Trabajamos muchas cosas dentro de su terapia, sobre todo la separación de sus padres, que había tenido que aceptar y se esforzaba en hacerlo, pero en el fondo no la aceptaba y estaba tratando de ser mayor, entendiendo algo que no entendía y que no tenía por qué entender. También se habló con la madre para que saliera del trabajo antes y pasara más tiempo con Paloma, cosa que la madre estaba dispuesta y con una carta a la Empresa y un informe especial diciendo las necesidades de la niña por su madre y el momento que pasaba. La madre pudo salir antes, ir por ella al colegio, y venir con ella a las sesiones.

A pesar del tiempo transcurrido, unos dos años, cuando Paloma me pedía ver su carpeta, me pedía que no quería ver al león ni a su familia, que preferiría no recordarlo.

La explicación de este león y de su existencia la doy en que ella era una niña muy inteligente, y posiblemente sin que

los padres se dieran cuenta, le exigían cosas de adulto: esperar por ellos, entender las cosas, comprender la separación, las nuevas parejas, las nuevas normas y el estar en nuevas casas, entrar al colegio, empezar la escolarización.

Todo esto lo intentó hacer lo mejor que pudo, pero todas esas situaciones no resueltas empezaron a aflorar con travesuras, arranques emocionales, rabietas, etc., y situaciones muy agresivas, que su super yo no admitía como parte de ella. Y por esto inconscientemente inventó al león, como recurso para no depositar en ella sus angustias y su rabia.

Cuando aprendió a escribir se dedicó a escribir poemas, lo hacía de modo muy rápido y en la consulta me hizo estos poemas, que también los trabajamos. Uno fue en agradecimiento a Segismundo ya que ha tenido muchos trabajos con él. Además, ella era la que reparaba o cosía a Segismundo cuando lo veía roto por tantas peleas o por el uso continuo que le dan los niños. Cuando fue la época de ella, como todas las niñas de coleccionar papeles de regalo, de carta y sobres, me traía siempre algunos a mí y otros a Segismundo, que hasta ahora guardo en su carpeta. Transcribo los poemas tal cual ella los escribió cuando tenía siete años, con las faltas de ortografía que hacía, que eran pocas.

A SEGISMUNDO

Tú eres como un perro,
porque hablas así,
si tengo un poquito de gracias es para ti.

Tu pajarita es de color roja
por eso te llaman así,
si tienes un poquito de gracia
te llamarán periquín.

Marzo 1994

PARA LORETTA (II)

Loretta es como un color
por eso todas la llaman Lorettona de gracia,
y tiene ojos marrón, pelo pelirrojo,
sus uñas son de colores,
sus pies de mermelada,
y un poquito de miel
que le sube y le baja.

8 Marzo 1994

APRIETA LA NARIZ

Si me aprietas la nariz cantaré feliz,
si no cantaré peor.

Junio 1994

**A MAMÁ**

Mamá te quiero mucho
como la trucha y el trucho.
El sol se refleja en mis ojos,
el amor es el verdadero.
No te dejes engañar por la soledad
anímate, anímate.
Mamá es la mejor del mundo.

Mamá ven a la ciudad
a ver la soledad.
Vente al castillo con el príncipe
y la princesa en el castillo.

No dejes que te engañen
tú ya lo sabes bien
si quieres, hazlo
no dejes que te engañen.

Marzo 1994

~~abuela~~ Abuela y abuelo
abuela y abuelo, la noche es verdad,
que hay un regalito que te espera
aca, el perro y el gato, que hacen
nau quau, que ay un sombrero,
que hace que lory.



LA POESÍA AMOR

El amor tiene una vida
 el amor es una cosa
 el amor es tu vida
 un pato que la toca sobre ti
 un amor sonriente que lucha sobre tu amor,
 que lanza sobre tu amor
 tú ya tienes demasiado amor
 tú ya lo sabes, enamórate,
 el amor es una cosa
 tú tienes tu amor.

Septiembre 1994

El niño corazón.

El niño corazón tiene otros dos hermanos, uno de ellos es su gemelo. Sus otros dos hermanos están en terapia en Lima con Diana y Verónica, y él como me veía en la foto donde estamos las tres con Quincy en el despacho, siempre decía, cuando venga ella de Madrid será mi terapeuta.

Efectivamente, una de las veces que llego a Lima, me dicen mis compañeras que la madre quiere que vea al niño. Tiene ocho años, nunca ha presentado problema, a pesar de la separación de sus padres y que su hermana mayor ha estado muy enferma. Ha tenido muy buenas notas, es ordenado y tranquilo a diferencia de su gemelo que es todo lo contrario.

Él ahora no se siente bien y además ha empezado a orinarse en la cama todas las noches. La madre ha esperado ver si esto cambiaba pero al ver que más bien aumentaba decide consultarme. La madre en la entrevista me dice que él no quiere nunca hablar de la separación de sus padres.

El niño corazón llega a la consulta y viene muy contento. ¡Al fin llegaste me dice! Yo también tengo mi terapeuta. Me sonrío y le doy un beso y entramos en la habitación. Le espera su caja de juegos, técnica psicoanalítica para el tratamiento de niños y que yo generalmente no uso. Decido hacerlo esta vez por varias razones. Diana es psicoanalista y trabaja así con todos los niños y Verónica es musicoterapeuta y psicoanalista y trabaja dependiendo el caso con qué técnicas. Los dos hermanos tenían sus cajas en las estanterías del cuarto de niños, con sus nombres bien a la vista, y decido que él también tenga la suya.

La segunda razón es que él es muy ordenado y su gemelo es muy invasor. Le coge sus cosas, no se las respeta y siempre está intentado estropearle sus juegos y sus cosas. Veo la necesidad de que como yo no voy a estar todo el tiempo del año con él, de que haya una caja donde se guarde todo lo que él hace en las sesiones y algunos juguetes especiales para su trabajo.

Está feliz también de tener su caja. Como símbolo de su mundo contenido y protegido, a salvo de...

1ª sesión.

De acuerdo a la pequeña evaluación que le hago, decido ponerle como materiales de trabajo en su caja, plastilina de colores fosforescentes, papel de carta de diversos tamaños, sobres, un sello con la fecha del día, año, mes, pegamento, diferentes tipos de bolígrafos, etc. Le pongo algunos juguetes de niño: soldados, Gijoes, una pistola que dispara al blanco con flechas con ventosas; (que será uno de su juegos preferidos) autos.

Lo que me dibuja la primera vez es un gran corazón, pero todo en marrón, marrón oscuro, casi negro y todo muy sobado, sucio. Luego lo deja en la caja y se pone a jugar con los juguetes. Por esta vez decido no hablar de su síntoma ni de sus padres.

2ª sesión.

Viene muy pronto. Viene él solo desde su casa ya que vive muy cerca. Le hago esperar hasta que llega su hora. A pesar de que tenemos doble sesión, me dice que siente que es muy corto el tiempo de cada sesión. Va directamente a su caja de juegos y saca un folio y se pone a dibujar otro corazón. Le señalo:

- ¿Qué le pasará a tu corazón que tanto me lo muestras?

Sigue dibujando, aún es un corazón oscuro, pero siguen siendo corazones. Luego pasa a la caja de juegos y empieza a sacar los papeles de carta.

- Quiero hacerle una carta a mi papá, ya que casi no le vemos. Se olvida de nosotros y cuando dice que va a venir luego no viene.

- ¿Por qué no se lo dices cuando le veas?

- Porque no me atrevo, ni mi hermana mayor (10 años) le puede decir cosas y entonces hemos ideado escribirle una carta. Les he dicho que yo tengo el papel aquí en mi caja de juegos.

Empezamos a escribir una carta y le veo muy empeñado en hacerlo. Le pone fecha con el sello, su firma, y la pone en el sobre y la llena de grapas.



- La voy a guardar aquí hasta que la necesite y luego me la llevo. ¿Me la puedo llevar?

- Por supuesto.

Luego empieza a dibujar otro de sus corazones.

- Te voy a llamar el niño corazón!!! Cuántos corazones haces y me dejas aquí!!!

Se sonríe y sigue dibujando esta vez un corazón un poco más claro.

Otro día le digo que vamos a completar unas frases que le he escrito, por ejemplo:

Lo que más me gusta en el mundo es... volar.

Lo que menos me gusta en el mundo es... conocer a mi hermano.

Lo que me pone alegre es... que mi papá y mi mamá se volvieran a unir pero es imposible.

Lo que me pone más triste es... que mi papá y mi mamá se hayan separado. Hasta ahora eso me pone triste.

Decido en este momento hablarle sobre su enuresis.

- ¿Sabes por qué has venido a terapia?

- Sí. Porque últimamente me orino en la cama.

- ¿Por qué crees que te sucede eso?

- No lo sé. No tengo ni idea.

- ¿Te había pasado antes?

- No nunca, es la primera vez.

- ¿Quieres que te diga lo que yo sospecho que puede ser?

- Sí.

- Mi niño corazón, a veces hay niños que no pueden llorar, o no quieren llorar, por muchos motivos, y eso que tienes varias razones para hacerlo, pero no pueden llorar por los ojos, y entonces empiezan a llorar por abajo. Cada vez que te orinas es que estás llorando por abajo.

- Puede ser.

- ¿Y por qué crees que lloras por abajo y no por arriba?

- Para no preocupar a mi mamá ni a mis abuelos.



- **¿Y de qué quieres llorar, te sientes triste?**

- A veces, pero no sé de qué.

- **¿No será de la separación de tus padres?**

- No quiero hablar de eso, ni tampoco escuchar sobre eso.

- **¿Puedo saber por qué?**

- Porque siento que mi corazón me duele mucho y se me rompe, se me rompe todo y no resisto el dolor.

Decido abrazarlo y darle un par de besos en las mejillas. Abrazado lo acuno y le digo que le entiendo, que entiendo todos sus corazones que me ha hecho, a veces tan oscuros y sin vida, llenos de dolor.

- **Niño corazón, a veces cuando uno es todo corazón, es difícil entender el por qué de algunas acciones, inclusive si las hacen los padres. Tu corazón no entiende las razones, sólo siente el dolor y por eso llora de noche por abajo. No te preocupes, por ahora no hablaremos más del tema, pero quiero que sepas que cada vez que te despiertes en la mañana mojado piensa, hoy otra vez he llorado por abajo. No te preocupes, hasta que aprendas a llorar por arriba.**

A partir de ese momento cada vez que viene a su sesión (dos veces por semana) me dice "hoy he llorado por abajo Loretta." Hablamos del por qué puede haber sido. Qué le puso triste, qué le disgustó o le hizo sentirse solo, o con pena. Sólo transcurren dos sesiones más hasta que viene un día y me dice:

- Ahora sé qué hacer. Tengo que cambiar ¿me ayudas?

Este fin de semana he llorado por abajo y por arriba.

- **¿Por qué habrá sido?**

- Porque mi papá no vino a vernos como nos había prometido.

Vamos a ordenar mi casa, perdón mi caja.

Se pone a ordenarla y encuentra unos papeles que se le habían roto.

- A mí me gusta arreglar las cosas Loretta ¿te habías dado cuenta?

- **Sí, claro que me había dado cuenta, y sé que pones todo tu corazón en ello.**

-(Suspira) y se dirige a mí y a otro terapeuta que hay en el receptor: Ay créanme, no se puede ser artista en dos casas, no cosas, y menos en la de la vida.

- **¿Para qué son los cojines?**

- ¿Para qué crees?

- **Para hacer casas, huracán, camas, manta.**

- Me gusta destruir. ¿Me ayudas a destruir?

- **Por supuesto.**

-(Hace una casita con los cojines y luego la destruye pero no dura mucho tiempo en esta actividad).

Luego con los cojines hace una fila, y lo usa como colchoneta para hacer gimnasia.

- En otra sesión me pide hacer plastilina, y al jugar con ella veo que lo hace todo mal.

- **¿Por qué lo haces todo así si tú sabes hacerlo mejor?**

- No quiero ser mejor que tú. Quiero que tú seas la mejor.

- **Pero no siempre puedo ser la mejor, sobre todo por que hay cosas que yo no hago bien. Vemos en cuál tú eres mejor que yo.**

- Bueno.

- **A ver, honestamente. ¿En dibujo soy mejor?**

- No.

- **¿Y en letra?**

- No.

- **¿Y en baile?**

- Tú sí. ¡Y en psicóloga eso sí eres mejor que yo!

- Y soy bueno trepando árboles.

- **Y yo hablando idiomas.**

- Tú eres psicóloga porque has estudiado.

- **Y porque me gustan las personas y su mundo.**

Pero en algunas cosas soy muy mala, ya que no me salen las cosas.

- No es cierto, -me dice, -están bonitas y además las has hecho sola.



Cuando acaba la sesión coge su caja, la guarda; pero antes da la vuelta al papel donde tiene puesto su nombre. "Para que no se sepa que es la mía", me dice.

Después de un año casi de terapia con muy pocas sesiones, en el verano unas 12 y en navidades otras 6 o 7, no se repite nunca más el síntoma a partir de la sesión 5ª, que me comunica que ya no llora más por abajo.

Todo este tiempo trabajamos poco a poco el tema de la separación de sus padres. Escribe más cartas, a su hermana, a su hermano para que no lo fastidie. La carta que me enviará luego a España y acabo de recibir; una carta que me envía de Lima donde dice que espera que llegue pronto. En todas las sesiones me sigue haciendo corazones, cada vez más bonitos y los recorta y el papel de carta también lo hace en forma de corazón, por ejemplo para la carta de su hermana.

El caso no creo que tenga mucha complicación. Para mí este niño es un niño muy sensible y afectivo que no podía superar la separación de sus padres, pero por este mismo afecto no quiere hacer daño a los dos y no habla con ellos sobre las cosas que le ponen triste o le molestan ni tampoco quiere hablar del tema porque él está sufriendo. Al dibujarme tantos corazones sé que me estaba diciendo algo, aunque al principio no sabía qué, lo que le señalaba eran los colores que utilizaba tan oscuros y muertos.

Cuando me arriesgo a decirle lo que siento acerca de su orinarse es un riesgo que corro, pero que lo sentía desde la empatía con él, algo desde el estómago que me decía que su orinar no era otra cosa que un llanto continuo. Datos de la realidad que sostenían mi sensación: el querer una terapia, lo educado y formal que era en todo, su puntualidad, sus buenas notas, bondad. Demasiadas características desde lo bueno en un momento muy malo para él y que no estaba descargando de ninguna forma ninguno de sus sentimientos dolorosos ni difíciles.

En las últimas sesiones ya se ha atrevido a hacer una torre de cojines y subirse encima de la cómoda y tirarse de ahí hacia el suelo.



L Oreta



25 de Abril de 1996

¿Cómo estas?

Yo estoy muy bien Enque estacion estas yo estoyen
Invierno yase mucho frio

He estado tratando de escribirte pero se me perdio
el sobre pero llalo encuentre
!Oja la que lla bengas ! para ir a jugar



"Niño corazón"



Cada vez hace más tiros al blanco con mejor puntería y empieza a saltar más en las sesiones y a jugar al túnel con los cojines y a esconderse. Todo, por supuesto, sin exagerar ni sobreactuar. Al final recoge todo lo desparramado y lo vuelve a poner en su sitio.

Las dos últimas sesiones de la primera vez, las del verano, le voy avisando que son las últimas y que al final podrá llevarse algo de su caja hasta la próxima vez que nos veamos. Como primer impulso quiere llevarse el tarro grande de plastilina fluorescente, pero luego decide llevarse una pequeñita. En su última sesión me dice que mejor no se lleva nada, pues teme que sus hermanos se lo estropeen. Le tranquilizo y le digo que no pasa nada, que coja lo que quiera. Sigue dudando entre la grande y la pequeña que tiene purpurina y al final coge la pequeña. Me da un beso y se va corriendo.

La siguiente vez que nos vemos por Navidades, la primera sesión viene con la plastilina en el envase, en su bolsillo y lo pone en su caja y empieza a ver todo lo que había dentro.

Empieza nuevamente a dibujar corazones de mejor color. Una de las veces que viene a su sesión nos dice en la puerta a las tres, que nos ha conseguido clientela, porque en las escaleras se ha encontrado con la mamá de un amigo del colegio que le preguntaba qué hacía en el edificio y ha dicho que venía donde su psicóloga. La madre le comentó que buscaba una para su hijo y, ¡"les he dado sus nombres y les he dicho que son muy buenas!"

Penúltima sesión antes de que parta a España

Hablamos de mi partida, de mi viaje. Me dice que me lleve la caja. Le comento que es mejor que se quede, que Diana y Verónica se la cuidarán.

- ¡Entonces voy al aeropuerto a despedirte!

- **No te preocupes. Me voy muy temprano en la mañana, pero te llamaré la noche anterior a tu casa para tener una última charla ¿te parece?**

- Bueno.



Acómoda sus cosas de la caja, se fija en que todo esté guardado y escoge la plastilina nuevamente, para llevársela.

En la última sesión de esta segunda vez, en Enero, antes de que yo me vaya a Madrid nuevamente, entra diciendo:

- No he podido dormir en toda la noche porque tenía miedo de no despertarme para venir. Me he despertado a las 5 de la mañana. He estado aquí antes, pero no había nadie.

- Entonces decido empezar a hablar sobre las separaciones, el miedo a que el otro no esté o no poder verlo, a perderlo.

(Veo que trae la plastilina que se había llevado la pasada sesión).

- Me la he traído hoy por si acaso me apeteciera cambiarlo por otra cosa.

¿Volvemos a ordenar mi casa?- ¡Ay! quiero decir caja.

Loretta, transcurridos los años, quién no es grande ¿no?

Vamos a hacer todo lo que me falta de una vez.

Hablamos sobre el crecer, el ser grande, las casas.

Le explico que intentaremos hacer lo que alcancemos pero que siempre hacemos mucho. Le vuelvo a proponer que si no quiere hacer terapia con otra persona, alguien que esté todas las semanas, pero no acepta.

Entonces preparamos varios sobres con mi nombre y dirección para las cartas que me va a escribir, y se los lleva. Le digo que si necesita algo urgente sabe que puede contar con Diana o Verónica, o con ambas.

Nos despedimos con besos y abrazos como siempre.

- **Adiós, niño corazón.**

Al niño corazón ya no lo veo tanto. Cada vez que voy a Lima le hago algunas sesiones de seguimiento como modo de que él tenga su propio espacio para poder hablar sobre temas que no quiere hablar en casa. Se siente mejor, así me dice.

Su corazón cada vez es mayor pero hoy ya ha aprendido a manejarlo.



Rosa y la mecedora.

Voy a escribir un poco sobre Rosa, porque aquí puedo explicar un poco el uso de la mecedora que hago en la sesión. En el despacho de niños tengo dos mecedoras, una grande que es la mía y una pequeña enfrente a ésta, que es la de los niños. Cuando tenemos que hablar, nos pasamos al sitio de las mecedoras y ahí tenemos las "conversaciones largas e íntimas" que diferencian las otras zonas que son de juego o de la mesa para hacer tareas escolares o dibujo. Por supuesto que muchas veces los niños se sientan en la mía, unos para chincharme, otros porque dicen que en la mía se mecen más.

Rosa es una niña que tiene 6 años. Viene a sesión porque en el colegio dicen que está muy triste, y que en sus dibujos siempre aparece la tristeza. Ha influido mucho en su carácter la muerte de un tío al que ella quería mucho, hace unos dos años. Dibuja siempre a su tío, y lo pone en una tumba, en el hospital, etc.

En la evaluación sale esta tendencia depresiva y cuando hablamos de su tío, al empezar ya la terapia me dice que no puede hablar de él sin que se le venga la tristeza encima. Gruesos lagrimones corren por sus mejillas.

"Me duele mucho" - me dice - "me pongo triste, muy triste y no puedo dejar de recordarlo."

Decido hacer que en su cuaderno de terapia, me dibuje el sitio donde cree que está ahora su tío. Luego las cosas que le gustaría decirle; las cosas que le gustaría darle; las cosas que le gustaría pedirle.

- Quiero decirle que lo quiero mucho y que no lo he olvidado, que no sé dónde está, pero supongo que en el cielo porque era muy bueno y que me gustaría irme con él.
- Y ¿no te importaría dejar a tu mamá y a tu papá?
- Sí, pero ellos dos se acompañan y mi tío está solito.

Hablamos un poco más sobre el tema y en todas las sesiones decido hablar más del tío, de las emociones de Rosa. La madre dice que es muy traviesa y que muchas veces no la

puede controlar. Es cierto, es muy movida, es parlanchina pero algunas veces hace "locuras", dice ella y tiene rabietas, pataleas y no obedece a nadie. Pero no sabe por qué le suceden.

Poco a poco vamos trabajando esto y muchas cosas más y Rosa va creciendo de tamaño y de madurez. Poco a poco se van espaciando las sesiones y decido que sólo venga a las sesiones de grupo. Ya son dos años que estoy con ella. Está en el grupo, viene contenta todo el año pero luego casi al finalizar me pide que por favor si puede venir a una individual. Acepto la propuesta.

El regreso de Rosa a individual

1ª sesión:

Llega y se sienta directamente en la mecedora pequeña. Entiendo el mensaje y me siento enfrente de ella, en mi mecedora y nos empezamos a balancear.

- Qué bien que tenga mi individual. Te quiero mucho Loretta.
- Yo también te quiero, Rosa y me da gusto que vengas a individual.
- Te da gusto porque me quieres mucho ¿no?
- Sí, te quiero mucho.
- A mí es a la que más quieres ¿no?
- Tú eres una de las que más quiero.
- Y me quieres mucho porque yo fui tu primera niña ¿no?
- No Rosa, tú no fuiste mi primera niña, ni te quiero mucho por eso. ¿Quieres escuchar por qué te quiero mucho?
- Sí.

Le digo que se venga a que la cargue en mi mecedora y nos empezamos a mecer teniéndola yo en brazos.

- Te quiero mucho porque te llamas Rosa; porque eres una niña muy bonita por dentro y por fuera; porque eres larguirucha y sonríes; porque eres inteligente y sabia; porque eres cariñosa y querendona, porque me quieres tú también mucho y porque eres tú, Rosa.



- ¿Te gusta mi nombre?
- **Sí, me gusta mucho.**
- Y a mí el tuyo. Te he dibujado en una hoja una cosa que te hice hace tiempo pero me he olvidado de traértela. Te la traigo la próxima vez, vale? ¿Voy a tener otra individual?
- **Quieres tener tú otra individual ¿no?**
- Sí. Te he echado mucho de menos, el grupo me gusta mucho pero a veces quiero una individual.
- **Pues no hay ningún problema, hablamos con tus padres y vemos cuándo puedes venir ¿vale?**
- Vale.
- **¿Te pasa algo en especial para que quieras estar en individual?**
- No, no lo sé.
- **No importa, ya lo averiguaremos.**
- A veces me pongo triste cuando mis padres se enferman y ahora mi papá está enfermo con catarro.
- **No te preocupes Rosa, no le pasará nada. Ven vamos a mecernos un poquito más.**

Le empiezo a cantar una canción de cuna y terminamos la sesión así, abrazadas, cantándole yo varias canciones.

2ª sesión:

Viene Rosa contenta con su mochila y me dice que me ha traído la carta que me ha hecho. Me emociono al ver sus gracias escritas con lo que ella considera espontáneamente que ha aprendido en las sesiones. Le doy un gran beso y la abrazo y le vuelvo a repetir que la quiero mucho. Le pregunto si quiere dibujar y me dice que sí, pero a la mitad deja el dibujo y va a sentarse a la mecedora. Voy yo nuevamente a ocupar mi sitio en la mía y empezamos a balancearnos.

- **¿Cómo va tu tristeza Rosa?**
- Ahí va, Loretta todavía la tengo.
- **¿Y aún no sabes a qué puede deberse?**
- No, no lo sé. A veces tengo ganas de llorar pero otras veces estoy muy bien. Tengo miedo que a mis padres les pase algo, que los atropelle un auto o se enfermen.

aquí te voy a hacer a ti.



- No les pasará nada Rosa, no les pasará nada.

La invito nuevamente a que se siente conmigo en la mecedora y le empiezo a cantar la canción de duérmeme mi niña, duérmeme mi amor, pero le voy cambiando la letra. Voy poniendo que Rosa es una niña linda a quien queremos mucho, que ella no sabe cuánto la quieren porque aún es pequeñita. Luego empiezo otra estrofa con "Rosa está triste y todos queremos saber por qué, será porque está creciendo, será porque no será, Rosa tiene tristeza y no sabemos de qué, dime mi linda niña si mi querer te acompaña hoy"... Y así voy inventando diferentes historias en las diferentes estrofas, respecto a su padre, a su madre y a ella.

- ¿Tú no sabes ninguna canción?

- Sí, sé una nana del ogro.

- ¡Una nana del ogro! ¿Cómo es eso?

- Sí, la tengo en una cinta. Duérmeme ogro, duérmeme ya que las brujas no vienen ni los dragones tampoco, duérmeme ogro, duérmeme ya, que aunque esté oscuro nada malo te va a pasar. No tengas miedo que nadie te hará mal, duérmeme ogro, duérmeme ya.

Terminamos la sesión abrazadas en la mecedora y luego al final coge sus caramelos y sale a esperar a su mamá.

Aún no sé lo que le puede estar pasando a Rosa. A veces, cuando le han pasado cosas, ya sea en su mundo interno o el externo, ha sido muy difícil o muy lento llegar a entenderlo o saber por qué, pero siempre hemos podido, aunque no lo tuviese yo muy claro desde el conocimiento ni ella desde poder expresarlo claramente a sus siete años. Por ahora estamos en esas dos sesiones y continuaremos hasta que ella se sienta mejor. No tiene por qué ser algo en especial. Puede ser desde un momento pasajero, como una crisis de desarrollo o puede ser otra cosa. He querido contarles este caso para que puedan apreciar el útil uso de una mecedora en una sesión.

Esta idea se me ocurrió porque en uno de mis entrenamientos de Gestalt en Carolina del Norte, estábamos interna-

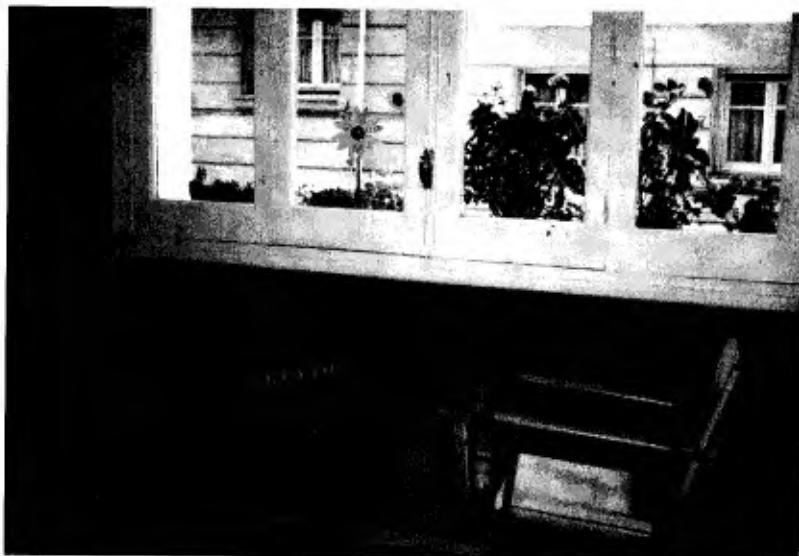
te quiero mucho dordta y gracia.
por enseñarme a dibujar. Te quiere
tu amiga Rosa



Yes



dos en unas cabañas en medio de las montañas y de un prado muy verde frente a un lago. Después de un trabajo personal fuerte nos recomendaban salir de la cabaña donde hacíamos el grupo de terapia y nos decían que nos meciéramos en algunas de las mecedoras puestas ahí para ese objetivo. Era muy reconfortante después de un trabajo muy intenso, mecerse muy suavemente mirando aquel lago rodeado de aquel verde. Aunque en nuestras ciudades no consigamos ese paisaje, considero que la mecedora sí nos trae recuerdos muy arcaicos de nuestra infancia y sensaciones muy placenteras de comodidad y consuelo.



Las dos mecedoras, la pequeña de los niños y la grande mía.

8

LA DESPEDIDA O CÓMO SE TERMINAN LAS TERAPIAS

Cuando hacía mi año de práctica obligatoria de final de carrera en Lima, en El Hogar Clínica San Juan de Dios, tuve que ver a muchísimos niños a lo largo del año. Era un trabajo muy intenso de apoyo, de psicóloga y psicoterapeuta, trabajando desde el alma, codo a codo con los niños por su recuperación. Mi primera paciente, Nora, de seis años, con hidrocefalia y polio, estuvo casi todo el año ingresada. Trabajamos mucho juntas. Un día vino mi supervisora a contarme que Nora ya tenía el alta y se iba al día siguiente a su casa, con su familia, a una provincia de la selva del Perú, de donde ella era. Me sonreí y dije: ¡Qué bien, cuánto me alegro!

Todo ese día trabajé con una ligera tristeza no identificada y cuando llegué a casa me eché a llorar. ¿Por qué lloro?, pensé, si se va es porque Nora ya está bien y se va con su familia.

Ese momento lo tengo grabado como un buen ejemplo de lo que siente un terapeuta o, al menos, yo al dar el alta a un paciente.

Una mezcla de alegría porque ya están bien y una tristeza por la separación y el adiós.

¿Cómo se termina una terapia?

Hay muchos modos de terminarla. No siempre concuerdan el modo como el terapeuta quiere terminarla a como el paciente decide o puede terminarla y, sobre todo, si es niño.

En la terapia infantil son los padres los que deciden hasta cuándo seguirá el niño en terapia. Si son padres colaboradores, lo más probable es que el niño finalice el tratamiento a no ser que ocurran cosas ajenas a los padres o al terapeuta, por ejemplo: cambio de domicilio, cambio de horarios del niño, etc. Si los padres no son colaboradores o existe mucha problemática dentro de la familia, lo más probable es que se interrumpa el tratamiento, aún en contra del deseo del niño y de la recomendación del terapeuta.

¿Qué hacer cuando se interrumpe una terapia?

Lo primero que hago es citar a los padres para tener una entrevista con ellos. En lo posible no acepto que me digan las cosas por teléfono y menos la interrupción de una terapia. Les digo que prefiero hablarlo con tiempo y tranquilidad y en persona, y les doy una cita.

En esta entrevista intento ver las razones planteadas para interrumpir el proceso de terapia. De acuerdo a esas razones, evaluamos qué tiene que ver con la realidad y qué puede ser un modo de actuar de los padres o de ambos, que siempre están tratando de interrumpir los vínculos del niño por ejemplo, o su empezar a crecer.

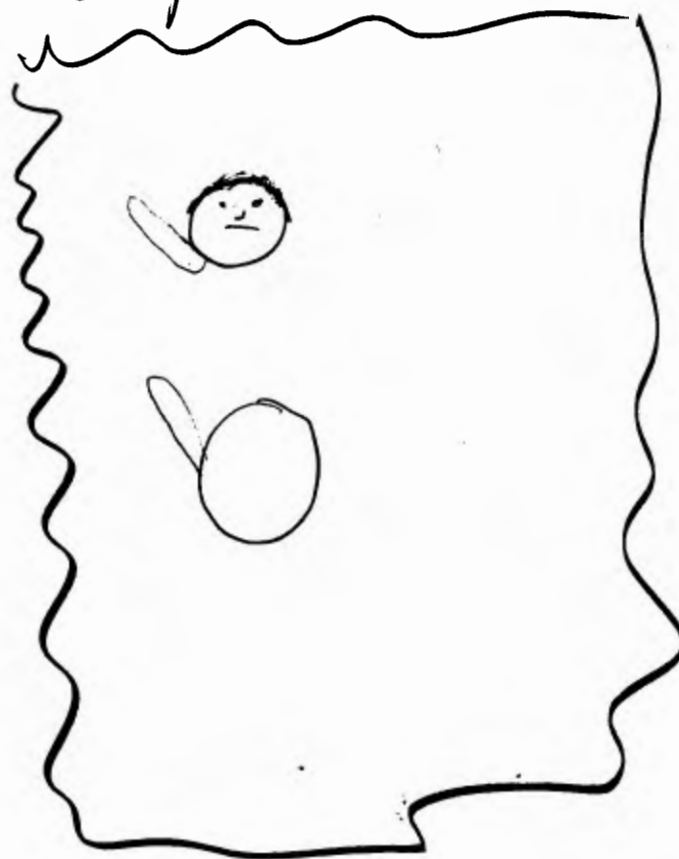
¿Cuáles serían las razones más comunes para interrumpir?

Las más frecuentes son falta de dinero o falta de tiempo.

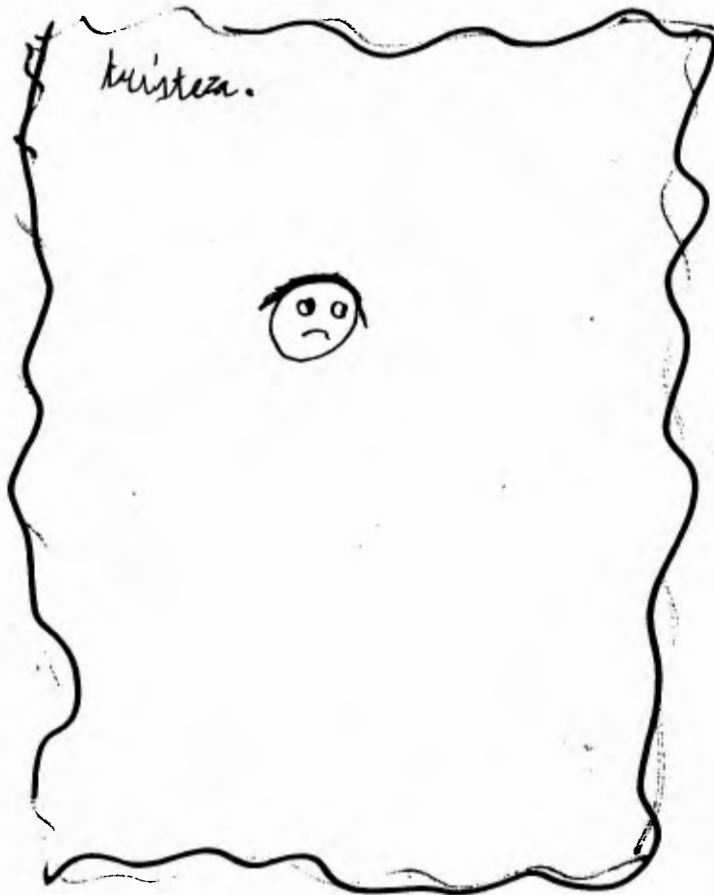
La falta de dinero, si es real, generalmente la negocio. Esto debe ser de acuerdo a cada terapeuta.

Si sospecho o sé que no es real este problema por ejemplo que todos se van a Eurodisney de vacaciones, entonces no negocio el cambio de honorarios, porque el terapeuta no tiene

Voy a dibujar la despedida.



lo que siento al despedirme
is'



por qué asumir lo que los padres no quieren asumir. Cuando es por falta de tiempo, hablo acerca de que ese tiempo ya estaba previsto desde el encuadre, no ha habido cambio de horarios ni de distancias, entonces intento hacer pensar qué puede ser aquello que en realidad les puede estar costando más y que puede ser puesto en la falta de tiempo.

"No veo que progrese"

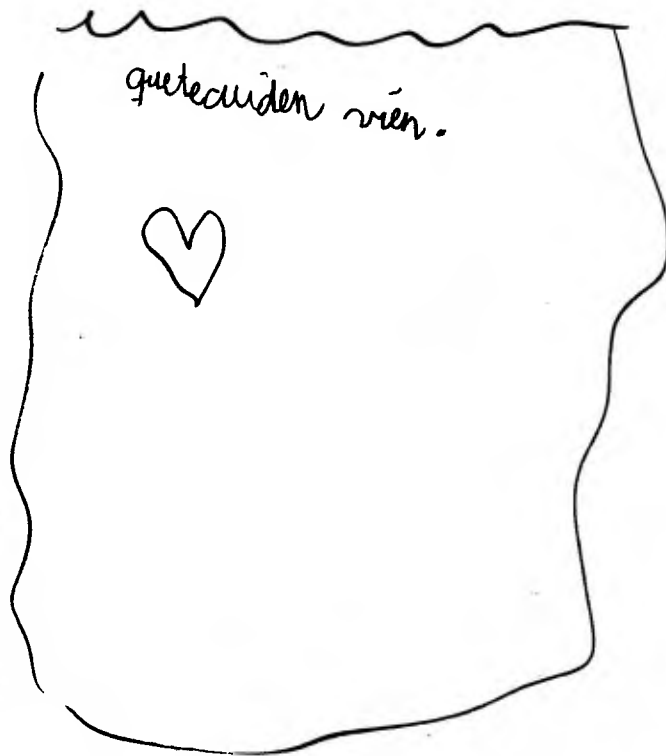
Hay padres que tienen un nivel de exigencia muy grande y exigen al niño y al terapeuta todos los resultados completamente exitosos y en todas las áreas: familia, colegio, notas. Lo que intento aquí es trabajar qué es "progreso" para este padre, y en qué lo basa y en realidad qué es lo que está pidiendo al niño y a la terapia. Generalmente ha trasladado sus expectativas y exigencias a la figura del terapeuta y desde ahí presiona. Por esto en la reunión que tengamos es necesario hacer la devolución de los progresos que nosotros sí veamos en el niño y al mismo tiempo hacer que el otro padre intervenga para observar si tiene la misma postura. Generalmente no siempre es así, sino que uno de los padres no vea el progreso y el otro sí, y éste es un punto de desacuerdo. Este padre sí puede hablar de lo que sí ve y desde ahí podemos tratar de negociar que se continúe la terapia.

"Lo vemos mejor y creemos que ya no necesita la terapia"

Es conveniente que en la primera entrevista que tengamos con los padres les avisemos de que:

Frecuentemente al iniciar una terapia, puede ser que el niño tenga una rápida remisión de los síntomas pero esto no es real, puesto que necesitamos un tiempo para poder ver si esta remisión es real o sólo es una respuesta al haber empezado un tratamiento. Les pongo el ejemplo de los antibióticos o de un tratamiento médico y les explico, que aunque con la aspirina baje inmediatamente la fiebre o con los antibióticos la infección, no se dejan de dar hasta cumplir su ciclo necesario para un refuerzo y tener la seguridad de no tener una recaída.

Lo que quisiera decirle
a Segismundo antes de
marcharme es



"No quiero que dependa de la terapia"

Respecto a esto, les explico que hay una diferencia entre la necesidad y la dependencia. Que por ahora su hijo necesita de una ayuda profesional y ellos para ayudar a su hijo. Que es como si uno dependiera de tomar agua. El tomar agua es más una necesidad que una dependencia y la terapia es lo mismo. Por ahora es una necesidad y cuando el niño esté mucho mejor realmente nosotros mismos seremos los encargados de decirles la disminución de la frecuencia de las sesiones.

"El niño no quiere venir"

Esto no siempre es cierto, y generalmente el terapeuta que conoce a su paciente sabe cuándo esto puede ser cierto y cuándo los padres usan esta excusa para no traerlo más. También esto es negociable y les explico que en otras cosas no veo que ellos hagan todo lo que el niño dice. También intento hablar con ellos qué es lo que ellos se imaginan; por qué el niño no quiere venir y desde ahí hago la sesión con los padres. Desde las razones que ellos den y colocan en el niño.

Lo que es importante de todo esto es que el terapeuta se plantee qué puede sentir el niño si se interrumpe así la sesión. Si es una repetición como vuelvo a decir de un tipo de proceso de funcionar que ya tiene la familia. Todo esto, por supuesto, será devuelto tanto en la entrevista con los padres como en la sesión de despedida con el niño.

Si de ninguna manera hemos podido llegar a un acuerdo con los padres para que el niño siga en terapia entonces les digo que necesito unas dos sesiones con el niño para cerrar la terapia y lo que estábamos trabajando.

¿Cómo son estas sesiones?

Le explico al niño lo que me han dicho los padres. Le pregunto qué piensa él de todo esto y escucho lo que me tenga que decir. Lo que es importante para el terapeuta es que no trate de concluir todas las gestales que hasta ahora no se han cerrado. Eso les pertenece a los padres y su responsabilidad

lo que Loretta siente
al despedirse de mí es

- pena
- tristeza
- cariño
- alegría
- afecto
- Hasta luego. ✓

lo que quisiera decirle
a Loretta de recuerdos es

un dibujo con un perro.

sobre su hijo. Si ellos han decidido cortar ahí el tratamiento, les tocará a ellos asumir el tipo de proceso de funcionamiento que quieren hacer con su hijo.

Nosotros esas dos sesiones las utilizaremos para trabajar la despedida de los temas trabajados. Algún juego que quiera hacer, dibujos, como modo de expresar lo que siente, por ejemplo. Cómo se siente al interrumpir la terapia, qué cosas recuerda de su terapia, cosas que le hayan servido o le hayan dejado un recuerdo especial por alguna razón.

Si tengo estas dos sesiones para despedirme entonces trabajamos el cuaderno con sus hojas de despedida, para que se lo lleve ahí donde esté. Si no me dan la oportunidad de esas dos sesiones entonces me quedo con el cuaderno, como algo a continuar si el niño regresa alguna vez a terapia.

De mi parte intento explicarle al niño lo que yo también siento de que no podamos seguir juntos el tiempo que teníamos calculado. Le hago una devolución de lo trabajado juntos, de lo que he sentido por él todo este tiempo, de lo que observo en él. Le digo sus cosas buenas, su modo de ser, sus cambios desde que llegó a la terapia. Le doy mi tarjeta con mis datos: teléfono, dirección y que me puede llamar o venir cuando quiera, que me avise antes y que de todos modos le llamaré para invitarlo a la merienda de fin de año.

¿Y cómo son las sesiones cuando la terapia sí se termina?

Le voy diciendo al niño que ya no necesita venir todas las semanas. Vamos espaciando las sesiones, una vez cada quince días, luego una al mes, y así hasta que ya es hora de despedirnos y hacemos la última sesión casi igual que en el caso anterior. Aquí vemos su carpeta con todos sus trabajos hechos a lo largo del tiempo. Si quiere jugar a algo especial. Conversamos de cosas pendientes, de preguntas que quieran hacer. También le hago una devolución de cómo lo veo; de sus cambios, del cambio de sus padres, del motivo por el que vino la primera vez y, si ya desapareció el problema o lo entiende de otra manera.

lo que Loretta quiere
que me lleve es



mi carino.

549.3878 MI NÚMERO DE
TELÉFONO

"(549)" la Ponzia.

Qué es lo que he aprendido
en mi Terapia:

aprendido a divertirse con las
temperas. aprendido a no tener miedo.
a que me gusten mis cumpleaños.

(aprendido a dibujar con las
temperas. Aprendido a no tener
miedo, a que me gusten mis
cumpleaños)



Hacemos las últimas páginas del libro de terapia, donde yo también dibujo y me quedo con su dibujo de despedida, para mí.

En su carpeta se queda una fotocopia de su cuaderno para que quede también en la consulta. Pinto los colores encima de acuerdo al original, para que sea lo más parecido posible.

Luego le digo que le llamaré para las fiestas de fin de año, si es que quiere venir a vernos.

Muchos niños hacen esto y es bonito verles crecer, y de año en año nos vienen a ver. Merendamos todos juntos, y hablan los que ya acabaron su terapia y les preguntan a los que están ahora, por algunos juegos que recuerdan y que les gustaban, por su terapia, en cómo se sienten.

Al niño le regalo de despedida una foto ampliada con un marco de él con Segismundo si es que trabajaron mucho con él o si no con Quincy o Guasi.

También tengo por supuesto una sesión de despedida con los padres donde también les hago una devolución de su trabajo a lo largo del proceso, les agradezco toda la colaboración recibida, les hablo sobre sus cambios y les doy como un resumen de todo el trabajo con el niño y con ellos. No intento dar consejos sino que confíen en lo que ellos han aprendido y sus capacidades naturales para hacer crecer a sus hijos.



9

PARA ACABAR...

Me toca a mí también acabar y lo haré con un gracias muy grande a todos los que me han empujado a hacer este libro. A Carlos Alemany por ponerme una fecha para entregarlo si no lo hubiese hecho nunca; a Pancho Huneeus por insistir siempre en que escribiera según mi estilo y mi modo de ser, sin tratar de imitar a un otro y mi deuda con la editorial Cuatro Vientos de escribir algo para ellos que me lo han pedido hace tiempo.

Gracias a mi grupo de Umayquipa de Lima: Diana y Verónica que empezamos todo esto hace ya tantos años, casi veinte, y que nunca me dijeron nada cuando las dejé y me vine a España y además me quedé un poco más de lo esperado, y a pesar de todo han corrido presurosas al correo y al fax para enviarme cada vez que he necesitado material para el libro o las conferencias.

A Ana E. por leer todos mis escritos una y otra vez, corregirlos y exclamar ¡qué bonito, qué bueno,! cuando más lo necesitaba y como sólo ella lo sabe hacer.

A mi grupo de Umayquipa a.e.de Madrid por tolerarme el humor de escritora de los primeros y últimos días, (es decir siempre) y a Encarni por la rapidez de transcribir



los capítulos de mis seminarios que necesitaba ¡para hoy que me es urgente!

Para Norma que contuvo todos mis bloqueos, mis inseguridades y mis angustias y me las hizo sentir como normales.

A mis alumnos de siempre, que tanto han insistido para que escriba, que me han transcrito seminarios enteros para ver si así me animaba. A Maribel R. y Ana D. A España que hacen que me quede aquí siempre "un poquito más."

Y un gracias inmenso a mi Perú, que me formó tan bien como para que otros se interesaran en lo que yo sabía.

Tal vez al terminar el libro haya podido transmitirles la idea, que el ser terapeuta infantil no es una tarea fácil ni sencilla como muchas personas lo piensan.

El mundo del niño es un mundo fuerte, lleno de optimismo y esperanza, porque todo está por verse, por formarse, por hacerse. Pero también es un mundo aún muy frágil y sensible, donde el niño puede en momentos difíciles, quebrarse o empezar a desarrollarse de un modo no feliz o inadecuado.

El objeto del terapeuta infantil y de la terapia, no es hacer un niño educado, ni un niño que se hiperadapte a todas las fantasías, expectativas y sueños de los adultos, ni que sea el mejor de su clase. Debemos tener claro que la sesión terapéutica no es una estación de servicio donde los padres llevan al niño para que le hagamos un servicio de "afinamiento" con listas de "puestas a punto".

Es importante no olvidar que nuestro paciente es el niño, y que es de él el sitio especial en nuestro encuadre, en nuestro acercamiento y en nuestro trabajo terapéutico. Los padres son importantes, tan importantes como parte nuestra colaboradora, en un buen quehacer; y trabajando la relación con ellos, serán nuestra mejor herramienta y los mejores colaboradores que encontremos para el tratamiento de su hijo.

Debemos recordar, por tanto, que un terapeuta infantil debe tener como principal capacidad, el poder saber estar con los padres, y principalmente con el niño, tratando de crear un clima y una relación de humanidad, de respeto, de saber profesional y de afecto, y que será la terapia y los vínculos que de ella se establezcan, el modo como cada uno podrá volverse a sentirse persona y bien consigo mismo.

Nunca dejar de lado el investigar siempre sobre cada caso. Investigar en los libros, en nuestras notas, en nuestro corazón y en nuestra piel. Todos estos instrumentos nos darán la clave para conocer mejor al niño que tenemos de paciente.

Tomar los riesgos necesarios para siempre ir un paso más allá, sin descuidar al niño ni exponerlo, pero arriesgarnos en nuestro compromiso de terapeutas, en darnos un poco más cada vez y no acostumbrarnos en quedarnos en esa zona

segura que nos da la experiencia y el buen conocimiento de la técnica y la teoría, sino siempre buscar aquella cosa que nos llame un poquito más allá, en la búsqueda de un nuevo camino que sirva al niño para sentirse bien en un período no muy largo.

El amar a los pacientes y a todo su mundo que lo rodea, aunque nos parezca un mundo muy dañado o muy caótico. No somos ordenadores del mundo externo ni dioses, solamente mediadores para que su energía, sus emociones y sus pensamientos junto con sus acciones se puedan integrar y ayudarlo a llevar una vida como él quiere y que pueda buscar los recursos e instrumentos necesarios para conseguirlo.

Gracias por todo este tiempo de estar conmigo leyendo este libro. No he querido dar recetas mágicas ni indicaciones geniales pues carezco de ellas, tan sólo compartir unos momentos con Vds. para que conozcan a Quincy, "mi Quincy", que ya no está pero sigue estando con nosotros y en mi corazón, a Guasi que poco a poco va seduciendo a los pacientes que van a UmayQUIPA a.e.; a Segismundo, y todos esos caminos caminados a lo largo de los años en estos dos mundos: Perú y España, y que a mí me han servido y espero que a uds. también.

Hasta pronto
Loretta Zaira

Serendipity

Dirigida por Carlos Alemany

1. *Relatos para el crecimiento personal*, CARLOS ALEMANY (ED.)
PRÓLOGO DE JOSÉ LUIS PINILLOS. CARLOS ALEMANY, RAMIRO ÁLVAREZ, JOSÉ-VICENTE BONET, IOSU CABODEVILLA, EDUARDO CHAMORRO, CARLOS DOMÍNGUEZ, JOSÉ ANTONIO GARCÍA-MONGE, ANA GIMENO-BAYÓN, MAITE MELENDO, ALEJANDRO ROCAMORA.
2. *La Asertividad: Expresión de una sana autoestima*,
OLGA CASTANYER.
3. *Comprendiendo cómo somos. Dimensiones de la personalidad*,
ANA GIMENO-BAYÓN COBOS.
4. *Aprendiendo a vivir. Manual contra el aburrimiento y la prisa*,
ESPERANZA BORÚS.
5. *¿Qué es el narcisismo?*, JOSÉ LUIS TRECHERA.
6. *Manual práctico de P.N.L. Programación neurolingüística*,
RAMIRO J. ÁLVAREZ.
7. *El cuerpo vivenciado y analizado*.
CARLOS ALEMANY Y VÍCTOR GARCÍA (EDS.).
8. *Manual de Terapia Infantil Gestáltica*.
LORETTA ZAIRA CORNEJO PAROLINI.

Crecimiento personal
COLECCIÓN
Director: Carlos Alemany

Serendipity

Serendipity: "la facultad de hacer -por casualidad- descubrimientos afortunados e inesperados" (Oxford Advanced Dictionary).

Esta colección pretende aportar ideas y reflexiones, materiales y ejercicios que sirvan directamente para aquellas personas que trabajan en su propio crecimiento personal o que ayudan a facilitarlo en otros.

Los contenidos serán variados, teniendo como punto de mira el de la divulgación de claves psicológicas que estén al servicio de una mayoría lo más amplia posible. Desde la Psicología, la Corporalidad y la Espiritualidad encontraremos sugerencias para que este crecimiento pueda ser integrador de cuerpo, mente y espíritu.

El estilo "serendípico" pretende fomentar la lectura reposada, la mirada interior, el asombro...y le invitará también a que transforme en vivencia lo leído, o a mantener una actitud de apertura hacia lo gratuito y -en definitiva- a poder vivir desde la acción de gracias la realidad del día a día.

Últimos títulos publicados:

- 6.- Ramiro Álvarez
MANUAL PRÁCTICO DE P.N.L. PROGRAMACIÓN NEUROLINGÜÍSTICA.
- 7.- Carlos Alemany y Víctor García (Eds.)
EL CUERPO VIVENCIADO Y ANALIZADO.

De próxima aparición:

- 9.- Fernando Jiménez Hernández-Pinzón
VIAJES HACIA UNO MISMO.
- 10.- Jean Sarkisoff
CUERPO Y PSICOANÁLISIS.

La Psicoterapia Humanística ha ido adquiriendo cada día un mayor renombre por su acercamiento al paciente como persona, más que solamente como enfermo. Pero existe un gran vacío en la formación de esta línea terapéutica: la aplicación al tratamiento de niños. En este libro se muestran tanto los planteamientos teóricos en los que basa la autora la terapia infantil gestáltica como su aplicación en las sesiones, con ejemplos y ejercicios útiles para dar al psicoterapeuta infantil humanista un manual que le sirva de guía y reflexión en su trabajo profesional.

Toda la amplia experiencia gestáltica de la autora en su trabajo con niños queda expuesta didácticamente para ser aprovechada ahora por otros terapeutas, padres y formadores de ámbito infantil.